FACULDADE DE MEDICINA DA BAHIA

THESE

APRESENTADA Á

FACULDADE DE MEDICINA DA BAHIA

Em 31 de Outubro de 1908

para ser defendida por

Pedro de Castro Valente

Natural do Estado do Pará (Cametá)

Filho legitimo de Francisco José de Castro Valente e de D. Izabel Tavares Valente

Afim de obter o gráo

DE

Doutor em Medicina

DISSERTAÇÃO

A cura da Neurasthenia

(Cadeira de Clinica Psychiatrica e de Molestias Nervosas)

PROPOSIÇÕES

Tres sobre cada uma das cadeiras do curso de Sciencias Medico-cirurgicas

BAHIA

IMPRENSA ECONOMICA

16 — Rua Nova das Princezas — 16

1908

FACULDADE DE MEDICINA DA BAHIA

A Faculdade não approva nem reprova as opiniões exaradas nas theses pelos seos auctores.

PREFACIO

A monographia que se vae lêr tracta exclusivamente da cura da molestia de Beard.

Quando escolhemos este assumpto para motivo de nossa these foi suppondo que os principaes elementos de diagnostico já são conhecidos do medico do neurasthenico, e que essas paginas que nos esforçamos em expor com brevidade e tão claramente quão possivel, são apenas indicações therapeuticas muito pallidas de esgottamento do systema nervoso, da fadiga organica, de accordo com a forma da molestia.

Insistimos com alguma particularidade sobre a prophylaxia, hygiene e tratamento da neurasthenia mostrando o papel importantissimo que desempenha a educação na molestia.

A prophylaxia suppõe o conhecimento de todas as causas que pódem sob um titulo qualquer intervir na genese da affecção: foi indispensavel que nós fizessemos aqui um estudo summario, ou pelo menos uma enumeração detalhada.

A hygiene, que é capaz de prevenir a neurasthenia, si for rigorosamente applicada e, é necessario bem comprehender, si fôr sempre applicavel, acaba muitas vezes curando quando a neurasthenia é susceptivel de cura.

Sem querer prescrever a therapeutica medicamentosa, principalmente a que constitue o objecto da quarta pagina dos jornaes, como: os granulos de lecethina Clin e os de kola Astier, os ovos lecithicos de Billon e a Dynamosina de Orlando Rangel, etc., nós diremos em ultima analyse, que tem-se feito candidatos neurasthenicos ou prolongado mais seu mal d'elles com as

«drogas» do que obtido resultados praticos. Portanto, limitamo-nos na prescripção de substancias medicamentosas; uma boa hygiene moral e physica, um regimen alimentar bem concebido, conselhos e incitamentos *suggestivos*, fazem muito melhor effeito para um neurasthenico do que uma polypharmacia, muitas vezes, inutil e nociva.

Em uma palavra, sou praticante em medicina, escrevi praticando, e para os praticantes: quero evitar assim aos noveis medicos bosquejos mais difficeis. Demais, lembremo-nos das palavras de Montaigne:

«J'ay seulement faict icy un amas de fleurs estrangières, n'y ayant fourni du mien que le filet á les lier».

O Auctor.

PROPHYLAXIA

CAPITULO I

QUANDO se faz o estudo das causas da neurasthenia, a importancia da *hereditariedade morbida* no desenvolvimento desta affecção, é de grande alcance.

Na neurasthenia, a hereditariedade neuro-arthritica é capaz de por si só produzir, a mais das vezes, á maneira duma cauza predisponente nos individuos submettidos á sua influencia, esta debilidade nativa do systema nervoso que não tem energia para defender-se das multiplas causas provocadoras desta nevróse. O primeiro passo, portanto, a dar no tractamento preventivo desta enfermidade, consiste em beneficiar o futuro das creanças provindas de paes nevropathas ou arthriticos, reprimindo suas tendencias hereditarias, e tonificando tanto quanto é possivel, a energia e a resistencia de seus centros nervosos.

Para attender este fim é necessario nada menos que a medida em pratica methodica e paciente de todos os meios que a hygiene dispõe, e isto durante todo o periodo do desenvolvimento dos individuos desde a infancia até a idade adulta. Isto constitue todo um programma de *educação moral* e *physica* que convém ás crianças carregadas de taras hereditarias ou natamente predispostas ao exgottamento nervoso.

A este ponto de vista se impõe uma questão capital.

E' possivel que a educação seja capaz de reprimir as tendencias morbidas congenitas, de modificar profundamente n'uma alma envelhecida, a constituição nervosa que herdou dos seus ascendentes?

Os sabios e os philosophos têm emittido sobre este ponto, opiniões, as mais dessemelhantes ou controversas.

Dizia-se no seculo passado, que o poder modificador e plastico attribuido á educação era tão grande que Helvetius achava que o talento como a virtude eram qualidades que dependiam apenas de ensino, e as differenças que existem entre os homens não provêm senão unicamente das differenças de meio e de educação recebida. Em nossos dias, depois das observações relativas aos feitos da hereditariedade, chegou-se a adoptar uma crença opposta.

Muitos pensam com H. Spencer que a educação é inutil, ou quasi impotente, quando a evolução humana é sempre e fatalmente regida pela hereditariedade; o destino moral do homem está contido no feto, quer se nasça louco ou desequilibrado como se nasça poeta. Donde se pode concluir que a tara nervosa uma vez implantada numa familia se transmittirá á descendencia com esta ou aquella affecção nervosa, dando em resultado a miseria physiologica cada vez mais accentuada, até a extincção da raça: esta concepção moderna que empresta á hereditariedade um poder não menos egual ao que os poetas antigos attribuiam á Fatalidade, é extraordinariamente excessiva. A antinomia que existe entre o poder attribuido por certos pensadores á educação e por outros á hereditariedade não está nos feitos; entre opiniões extremas ha logar para uma opinião media mais conforme com a realidade das coisas: *In medio stat virtus*, dizia Ouvidius.

Portanto, a educação póde intervir efficazmente, chega a crear instinctos artificiaes capazes de fazer equilibrio aos instinctos hereditarios, de os apagar mesmo, de substituir, emfim, ao *habito ancestral*, nato, o *habito individual*, adquirido.

A educação das creanças hereditariamente predispostas ao nervosismo deve preencher um triplice fim: 1.° desenvolver harmoniosamente todas as capacidades do individuo e mais particularmente as capacidades especiaes a cada individuo á medida de suas forças, afim de não prejudicar o equilibrio geral do organismo; reprimir as tendencias hereditarias susceptiveis de perturbar o

equilibrio physico e moral: 3.º fortificar a energia, a resistencia physiologica do systema nervoso.

Para obter este triplice resultado é necessario uma bôa educação physica ao mesmo tempo que uma bôa educação moral.

Educação physica.—«Nos tempos primitivos, diz H. Spencer, quando a guerra, a lucta á mão desarmada, era a primeira das actividades sociaes, o vigor do corpo occupava logar essencial na educação.

Pouco cuidava-se da cultura do espirito, ou tractava-se mesmo com menospreso. Hoje, que o successo na vida depende quasi inteiramente da força de intelligencia, a educação tornou-se quasi exclusivamente intellectual e esquece-se o corpo»

Depois destas palavras é bem possivel que uma reacção se produza no curso destes ultimos annos: a critica de Spencer é em grande parte perfeitamente fundada, auctorisando-nos a dizer perante os educadores da infancia, paes ou mestres, «que muito pouca gente parece comprehender que existe uma causa no mundo digna de menção: a *moralidade physica!*

A educação physica das creanças predispostas ao nervosismo implica na observancia d'uma multidão de preceitos hygienicos tendo em vista o meio, a alimentação e os exercicios physicos.

I Meio.—As grandes cidades constituem um meio pouco favoravel ao desenvolvimento physico das creanças, sobretudo no periodo de crescimento que se extende do segundo ao terceiro anno de idade. Nas cidades, respirando um ar impuro, estas creanças são condemnadas a uma sedentariedade relativa, o espaço é insufficiente ás grandes corrente de ar: o ruido, o contacto das multidões, as reuniões mundanas, ás quaes ellas são muitas vezes attrahidas, as mil e uma causas de excitação da propria vida das cidades são multiplas condições favoraveis ao esgottamento nervoso.

Pelo contrario, a habitação das quintas é para as creanças nesta idade a estação idéal: a vida calma dos campos, sem theatro nem concerto, sem reuniões mundanas nem bulicio, um ar puro, uma alimentação simples, a communicação incessante com as cousas e os sêres da natureza que tantas attenções lhes causa, eis o meio docemente educador que lhes convêem.—«O campo é o paraiso das creanças», na phrase de Mœbius: mas

o recreio é infelizmente interdicto a muitas dentre ellas. E' por isso que devemos applicar á creança educada na cidade, um systema de educação que realisa na medida do possivel, condições hygienicas taes que offerece naturalmente a vida rustica.

O internato com sua clausura depaupera, sua sedentariedade, seus regulamentos estreitos e rigidos, seus vicios e torpezas irremediaveis, têm uma acção depriments manifesta sobre as creanças predispostas ao nervosismo hereditario.

Todos estes inconvenientes são gráves e pouco têm sido attenuados nas reformas de ensino, mormente em o nosso Paiz, onde infelizmente só se tracta de politica. A duração das aulas sendo excessiva, as creanças respiram nas salas de trabalho um ar viciado. A alimentação é quiçá sufficiente, mas o tempo das refeições é curto, a mastigação é rapida, o silencio é profundo na maior parte dos estabelecimentos de ensino. As horas de somno são contadas e a móle dos programmas, as horas de estudo muito numerosas e os intervallos de repouso insufficientes ou mal repartidos.

E' evidente que todos estes defeitos, todos estes peccados de hygiene inherentes por assim dizer á vida dos collegios, têm influencia capital na mudança mútua dos caracteres. A pensão nos lyceus e collegios, o internato em uma palavra, devem, portanto, ser vedados ás creanças de hereditariedade nervosa e o externato é que é recommendavel.

Poder-se-ha ainda recorrer, para a instrucção das creanças predispostas ao nervosismo hereditario, ao systema familiar ha muito tempo em pratica nalgumas escolas da Inglaterra e em muitas cidades da Allemanha.

As creanças são confiadas a alguma familia honrada que, mediante uma retribuição muito modesta, lhes proporciona passadio e casa para morar ao mesmo tempo que creado para o gymnasio onde recebem instrucção, nas horas das aulas.

Este systema existiu outr'ora na França, e existe na Inglaterra e na Allemanha, paizes tão adiantados no que toca ás questões de educação.

Taine ao fazer um estudo critico comparativo das educações franceza e ingleza, disse:

«Na Inglaterra as creanças parecem as arvores dos jardins.

As escolas se acham em pequenas cidades com innumeras sahidas para o campo.

Em Eton, as rosas, as heras e as madresilvas sóbem em toda a extensão do edificio; além, se acham os ricos prados onde os olmos magestosos estendem os seus ramos seculares; ao lado, um regato verde e brilhante; sobre as aguas, cysnes; nas ilhas, bois que ruminam; a correnteza dá umas voltas e esconde-se no horizonte de verdura.»

Em Harraw, um campo de cinco a seis hectares pertence ao collegio: é nestas dependencias que os meninos se entregam a jogos de toda a especie.

Este ambiente, estes exercicios physicos, esta frequencia constante dos campos e dos bosques têm um effeito salutar para todo o organismo.

II Exercicios physicos. — Gymnastica. — Qual é a melhor gymnastica para as creanças e para os collegiaes?

Os meninos educados no campo, como já vimos, têm liberdade após os estudos, e acham-se num meio onde não lhes falta o espaço para o recreio e dahi os motivos attrahentes das corridas, e de jogos, os mais variados possiveis.

Os longos passeios em terreno accidentado, as aporfias, os mil e um jogos emfim que elles inventam, tudo isto constitue uma gymnastica natural, perfeita, que de baixo de vista hygienico não deixa nada a desejar.

Mas, quaes são os exercicios physicos que convêm prescrever aos collegiaes das cidades, cuja sobre-carga intellectual os condemnou a uma sedentariedade excessiva e por vezes a um esgottamento cerebral?

A necessidade duma escolha racional se impõe, mesmo porque estes differentes exercicios são susceptiveis de produzir effeitos physiologicos muito dessemelhantes, e será de bom aviso não prescrever indifferentemente tal ou qual genero de exercicios ás creanças debeis, para evitar serios inconvenientes.

Fernand Lagrange escreveu um livro intitulado *Physiologie des exercices du corps*, no qual elle descreve minuciosamente os diversos effeitos dos exercicios gymnasticos; a sua opinião acceita pela maioria dos autores é que nem todo o exercicio é salutar ao individuo de origem neuro-arthritica. Elle acha que os

exercicios, em que a attenção é solicitada, dando em consequencia a fadiga dos centros nervosos, são prejudiciaes. O jogo das armas, por exemplo, para F. Legrange, é o typo dos exercicios que fatiga mais os centros nervosos do que a musculatura dos membros.

Durante o assalto o mestre de esgrima se mantem constantemente á espreita. Ainda mesmo que pareça que elle está em repouso, seu cerebro e seus nervos estão debaixo duma tensão excessiva. O espirito sempre alerta, num esforço de attenção insolita, espera o momento de ataque ou de retirada. Todos os musculos estão mantidos num estado de excitação latente, que não é nem repouso nem tão pouco movimento. Conclue-se logicamente que este trabalho de coordenação preliminar exige uma despeza consideravel de força nervosa, e, «esta despeza adquire ás vezes proporções maiores em certas phases do jogo, em que se deve executar não mais um movimento simples, tal como do braço em linha recta, mas uma serie dos actos musculares combinados taes como uma parada composta seguida duma pausa. Neste caso é mister que a um momento dado varios movimentos complicados se succedam rapidamente e se confundam em um só acto muscular tão preciso quanto repentino. A execução duma phase de esgrima toma o caracter immmediatamente duma operação intellectual.»

A gymnastica de recreio, isto é, os exercicios que se praticam no trapezio, nas barras fixas, nos anneis, nas barras parallelas apresentam tambem serios inconvenientes. Esta gymnastica é, em geral, pouco attrahente. Não mette em jogo senão a musculatura dos braços, podendo dar logar a deformações (desenvolvimento excessivo dos musculos da espadua e dos braços, desvios da columna vertebral, curvatura do dorso, etc.) Os movimentos que exige são sobretudo movimentos difficeis, de insolito esforço.

Vamos, então, agora recommendar os jogos ás creanças e aos adolescentes attacados de nervosismo e de arthritismo, e que nos passaremos ligeiramente. Estes exercicios devem reunir differentes caracteres, como se vêm:

Em primeiro, elles devem ser faceis, ou por outras palavras, não se deve impôr ao individuo que os executa uma longa aprendizagem e por conseguinte uma tensão cerebral insolita.

Devem preencher esta condição, sob pena, de augmentar seu erethismo nervoso, seu esgottamento.

Ao depois, elles devem produzir um trabalho muscular bastante lento e moderado, favorecendo o desenvolvimento do thorax, oxygenação do sangue, e a regularidade da nutrição.

Em terceiro logar, com graça attrahente, tanto quanto é possivel, e ao ar livre.

Ora, os exercicios os mais faceis, os mais instructivos, são as marchas, os passeios, o corso, os velhos jogos francezes, as barras, a bóla, a pelota, etc., exercicios estes de velocidade que convêm sobretudo aos jovens de quinze annos.

Entre outros exercicios, distinguimos os chamados de *sport*, que já têm mais encanto para os adolescentes: Entre estes *sports*, o exercicio do remo e o cyclismo, nos parecem mais favoraveis em o nosso Paiz. O foot-ball deve ser interdicto absolutamente pela velocidade excessiva e combustões desordenadas: é um crime o foot-ball em o nosso clima.

III Hygiene da pelle.—Desde a mais tenra idade, as creanças provindas de paes nervosos devem ser acostumadas ás praticas de hydrotherapia. As loções frias, as duchas, os banhos em piscina, os banhos de mar ou de rio, seguidos de fricções serão, a menos que não existam contra indicações, sempre de um effeito salutar.

A acção sedativa e tonica da hydrotherapia exercida sobre o systema nervoso é muito conhecida, por isso que chamamos a attenção para estas medidas hygienicas, que são de grande alcance.

IV Alimentação.—E' necessario repetir que os indíviduos hereditariamente provindos de paes nevropathas não devem submetter-se a um regimen alimentar especial:

Devem comer de tudo, mas com moderação, afim de evitar as perturbações gastro-intestinaes. E' necessario, no entanto, chamar a attenção ao uso extremamente moderado das bebidas alcoolicas.

Deve-se logo acostumar a creança a ter confiança em si propria

Nada mais propicio para obstar a confiança em si, do que declarar a uma creança, brutalmente, que ella não passa de um imbecil, de um inferior, que não comprehende, não sabe, e nem

póde fazer tal ou qual coisa... «O homem, diz Pascal, á força de se lhe dizer que é um tolo, que elle acaba acreditando...». E' necessario, por conseguinte, acostumal-a a persuadir-se sempre que poderá *comprehender* e que *poderá fazer* isto ou aquillo e lhe conhecer o gráo do menor esforço.

Animal-a sobre todos os pontos de vista, assignalando seus erros e seus defeitos: preservando-a assim do orgulho e da timidez, e tambem da inercia.

Certos progenitores, em face de seus filhos, são de uma indulgencia e fraqueza deploraveis, as mais das vezes por egoismo. Sustentam assim todos os seus caprichos para evitar choros e todas as demonstrações exteriores que poderiam perturbar sua quietação, principalmente si tem alguma visita em casa. Ora, não é possivel acreditar que a creança desconheça o movel das acções do educador.

Os paes se devem, por conseguinte, mostrar severos si quizerem conservar o equilibrio do systema nervoso dos seus filhos. Mas, é mister que este vigor seja opportuno e de nenhum modo excessivo. Figuremos o exemplo de uma mocinha de quatorze annos, preguiçosa e desmazelada. Sua mãe não se encommoda em obter nenhum trabalho della; deixa fazer tudo quanto quer.. Ora, pois bem, lá um bello dia em que ella não esteja de bom humor por da cá aquella palha responde asperamente e tenta bater mesmo em sua mãe.

Parallelos desiguaes, excessos de indulgencia e excessos de severidade, não podem senão perverter a psyché da creança, accentuar tal ou qual porção de espirito ás custas dos educadores.

E' necessario, por conseguinte, uma severidade bem applicada, intelligente, egual e sem caprichos. E' o melhor meio de assegurar a synthese dos elementos do *eu* na creança, de equilibrar seu espirito e de o preservar das nevróses, principalmente as nevroses deprimentes.

Educação moral.— Esta parte da educação é seguramente a mais importante e, entretanto, a mais esquecida.

E' a ella que pertence desenvolver na creança toda um summula de qualidades moraes que fazem os caracteres energicos e bem equilibrados, isto é, capazes de resistír fortemente á acção

dissolvente das penas afflictivas e das paixões depressivas, origem real de tantos casos de neurasthenia.

Ella pode só por si dar á creança uma vontade propria, um juizo recto, em uma palavra, todos os attributos da força e da saude moraes.

Desgraçadamente está quasi sempre ao arbitrio do acaso.

Os paes, no entretanto, não têm muitas vezes, uma idéa exacta do fim da educação, sobretudo quando as creanças são ainda muito jovens.

«Qual é, diz gostosamente Guyau, o idéal moral proposto a maior parte das creanças na familia?

Não ser muito barulhenta, não metter os dedos no nariz nem na bocca, não servir-se á meza com as mãos, nem metter, quando chove, os pés na agua, etc.

Ser racional! Na opinião dos paes a creança racional é um pequeno marionette que não move si não se mexe nos fios». A observação é justa e, não convem perder um tempo precioso em consagrar tal educação nas primeiras idades da creança; não é assim que se educa uma creança. Comprehende-se que nestas condições os máos instinctos que as creancas herdam dos seus progenitores têm livre carreira. A educação pode fazer dansar os ursos e eu admitto com Rousseau que se fazem os homens pela educação assim como se formam as plantas pela cultura.

A alma da creança é como uma argila malleavel que, em muitos casos, um medico psychologo um pouco habil, póde modelar a seu bel prazer.

«Deve-se tudo ou nada, segundo a educação que recebemos», diz o papa Clemente XIV.

Nada mais verdadeiro.

Mais do que ninguem, a creança, predisposta por hereditariedade ao nervosismo, tem necessidade duma educação moral muito especial que terá durante todo o curso da sua existencia a maior importancia. Nosso caracter com seus defeitos ou suas qualidades, não é, com effeito, a origem primeira do successo feliz ou funesto de toda a nossa existencia, e que importancia não tem para cada um de nós desenvolver estas, diminuir ou eliminar aquellas?

Terrores, surpresas, cóleras, inquietações, em uma palavra, pensamentos emotivos de toda a natureza eis o que se acha de ordinario como ponto de partida das nevróses e particularmente da neurasthenia que se não cura sem a historia ampliada da acção dos «movimentos d'alma» sobre o nosso organismo.

As creanças nevropathas são quasi sempre doadas, em virtude de sua sensibilidade especial, ou melhor, de sua vibratibilidade, de uma exaggeração em todas as coisas.

A educação deverá tanto quanto possivel nivelar primeiramente todas estas exaggerações e modelar a sensibilidade da creança, ao normal. Tambem, na primeira infancia, banir as historias lancinantes ou sentimentaes; não devem sentir penas nem affiicções illusorias por feitos ou personagens que nunca existiram. O ideal deve ser a mediocridade em sentimentos.

Não ha a temer em supprimir, destruindo esta vibratibilidade que não é mais do que uma apparencia de sensibilidade sadia, um dos encantos da vida, sob pena de se tornar para o futuro uma fonte de desordens moraes.

E' certo que, com effeito. um ser intelligente que não foi atacado por uma maldade especial ou particular, será sempre accessivel á piedade e á bondade, ambas implantadas, bem entendido. no seu cerebro, pela reflexão e pelo pensamento. Um senão de menos uma qualidade de mais, tal será o resultado deste nivelamento moral duma sensibilidade excessiva.

Certos sentimentos de insociabilidade, como o mau humor, a tristeza, o pessimismo, o egoismo, se encontram frequentemente nos nevropathas e nos degenerados E' necessario, portanto reprimil-os na creança. A creança que se amúa tem o prazer de desagradar quem a contraria, e a satisfacção de amor proprio de ter estorvado a vontade dos outros sem se conformar vencida por elles. Deixando se amúar depois de cada admoestação, a creança habitua-se a ficar em falta commettida sem fazer nenhum esforço para reparal-a e por conseguinte sem remorsos.

E' necessario, portanto, acostumar as creanças a se reconciliarem bem depressa com as pessoas que as reprehende. Habituam-se assim a não mais poderem supportar a idéa de «seres zangados», ou coisa semelhante, a desejar a reparação de uma falta, e isto constitúe uma das formas do remorso activo, e

attender ardentemente a palavra que reconcilia e que dá a paz do coração.

E' necessario tambem reprimir a vaidade na creança. E' ainda uma fórma de egoismo. Ella contem o germen da preoccupação exclusiva do «eu» tão frequente nos hypocondriacos e nos neurasthenicos.

A creança é muito inconsciente para ter uma intenção fortemente perversa; impedir-lhe a vontade subjugada á resolução de fazer mal é obrar injustamente e muito desenvolver em si um instincto mau com sentimento que ella póde depois preencher por uma má acção. E' melhor em taes casos lhe declarar formalmente que *enganou-se*, afim de emendar-se para outra vez em seus actos.

São duas as faculdades, particularmente, as mais necessarias a se educarem e a se desenvolverem na creança provinda de nevropathas: a attenção e a vontade. Com effeito, é um defeito capital nos neurasthenicos e na maior parte das nevroses, a falta de attenção, a incapacidade de fixar todas as suas faculdades sobre uma só ordem de idéas. Serão necessarios, portanto, trabalhos apropriados, estudos sabiamente graduados, esforçando-se o educador para fixar a attenção da creança.

O estudo das mathematicas, convenientemente dosado é, sobre todos os pontos de vista, excellente. A litteratura, a historia, a geographia, exigem uma attenção intermittente; as mathematicas exigem, ao contrario, uma attenção continua, sem interrupção.

A educação da vontade é mais importante ainda. A abulia é, com effeito, um symptoma frequente de neurasthenia. E' preciso, logo, acostumar a creança a querer, e tambem a perseverar no esforço, isto é, a poder.

Uma vontade forte e segura preserva da inercia e do desanimo, salvaguarda antecipadamente os desvios de nosso ser physico e moral e, permitte mesmo, tirar do nosso intimo lenitivo ou cura; favorece o trabalho de deliberação interior ou de reflexão que precede á decisão, para evocar, comparar, precisar em plena consciencia os diversos motivos de agir ou de se abster, para impedir tal sentimento poderoso de alcançar o acto por surpresa.

Pela disciplina de nossa vontade nós podemo-nos, numa medida, tornar mestres de nosso organismo.

Mas não é o bastante. «A vontade, na phrase de P. E. Lévy, depositando em nós, por seu exercicio repetido, habitos de querer favoraveis, poderá desarraigar habitos deshonestos que uma educação mal entendida, a imitação, etc., conseguio desenvolver em nossas almas». Até habitos transmittidos por hereditariedade que nós não podiamos aspirar, senão eliminando, podemos modificar mais ou menos profundamente.

Emfim, as cousas não despertam para nós prazer ou soffrimento senão pelas impressões que recebemos do mundo exterior.

Ora, dominando á bel prazer nossa vontade, nós apprendemos a governar nossa maneira de reagir, por conseguinte, a afastar da consciencia emoções ou sensações penosas, e ter, pelo contrario emoções ou sensações agradaveis; emfim, todas as coisas que nos despertam alegrias.

«Nossa felicidade toda inteira depende da educação da vontade», diz ainda P. E. Lévy.

E como deve se fazer esta educação da vontade?

Por uma sorte de gymnastica psychica que será, ora pela auto-suggestão, ora pela hetero-suggestão. Assim, os impressionaveis devem se habituar a gravar com calma seus desvios, a moderar para todo o sempre a vivacidade de seus movimentos; os timidos a endireitar o corpo, a falar em voz alta e distincta e fixar os olhos sobre seus interlocutores. O indeciso deve se impôr em agir com promptidão, ao despertar se occupar, durante algumas horas do dia, de coisas absolutamente materiaes.

Quando a auto-suggestão não é sufficiente, a educação póde recorrer á hetero-suggestão. E' meio, o mais seguro e o mais racional de fortificar as reacções psychicas dos doentes, de lhes dar o possivel tanto quanto sua constituição comporte de attenção, de julgamento e de vontade. Póde-se assim diminuir a desagregação e a depressão mentaes, augmentar o poder de reserva acrescer a actividade psycho-sensorial e psycho-motora e, estabelecer o equilibrio funccional dos orgams.

A suggestão, longe de diminuir e de comprometter, a personalidade do individuo, permitte ao contrario de a reconstituir mais vigorosa. Assim o neurasthenico fará inconscientemente

exercicios de sua vontade para dar-lhe força que falta. Elle adora um nervoso, como a si, sómente para contar seu mal ao mesmo tempo que fica suggerido, preso de todas as suas miserias proprias. Elle colloca, em uma palavra, sua neurasthenia no meio de cultura o mais propicio para que elle possa curar. A suggestão, que se produz no estado de vigilia, sob a fórma de persuasão, ou em estado de ordens imperiosas e suggestionantes, deverá induzil-o, afastal-o do contagio dos homens que não podem senão lhe suggerir suas proprias fraquezas de espirito e de corpo, e o aproximar, ao contrario, mesmo ao preço de alguns sacrificios, por um esforço por vezes penoso para si, daquelles cujo caracter, continuando o sentido proprio, poderá o rectificar e o completar; aproximal-o daquelles que são capazes de o sustentar e de o incitar pela suggestão do exemplo, de tonificar sua energia, ou melhormente, de lhe servir de moderadores.

Nas creanças este modo de educação moral correctiva poderá dar os melhores resultados praticos.

Alguns espiritos controversos têm invocado contra esta educação forçada o respeito dado á liberdade moral da creança.

Ladame já respondeu a este argumento, dizendo: « Certamente, o problema da responsabilidade não está ahi.

A sociedade é responsavel por todas estas creanças que ella deixa se perder falha de as querer salvar. Responsaveis são os egoistas, os scepticos, os pessimistas e os estragados que deixam todo fazer, todo destruir, todo perigar, e que, não contentes de masquinarem n'este papel passivo, tão funesto para a vida social, tentam ainda paralysar os esforços de todos aquelles que trabalham e que agem, de todos aquelles que commungam com fé no progresso e no bem.

Ora ahi está onde se acha a responsabilidade.»

Lébault tem se esforçado em tornar trabalhadores e attentos collegiaes preguiçosos e dissipados: já poude, em outros, fazer desapparecer o sentimento da colera e o do terror, dissipar o habito da mentira, eliminar certos appetites precoces e depravados, e mesmo excitar as faculdades intellectuaes anormaes.

Na epoca da puberdade, os individuos predispostos por suas taras hereditarias ás impulsões morbidas de todas as sortes, serão objecto de uma observancia particularmente cuidadosa. O alvorecer

do instincto e dos desejos sexuaes perturbam profundamente o equilibrio do systema nervoso nos adolescentes.

A maior parte delles se abandonam de corpo e alma ás praticas do onanismo de uma maneira abusiva, e é muitas vezes estudando as cauzas da neurasthenia, que se descobre no onanismo um factor poderoso no esgottamento nervoso. As creanças educadas no meio familiar podem ser preservadas deste desvio, si nos pródromos da puberdade se póde desviar todo o que possa chamar attenção para as suas funcções sexuaes ou de todo o que possa excitar o instincto genesico. Mas nos collegios, nos internatos estes meios preventivos são irrealisaveis e o melhor é attenuar na medida do possivel um mal que se não póde impedir.

Para isto é necessario uma observancia rigorosa em todos os instantes, mettendo em pratica a acção sempre sedativa dos exercícios physícos, praticas de hydrotherapia, etc.

Emfim, é bom que os individuos predispostos hereditariamente, chegados á edade adulta, adquiram uma profissão. Toda a profissão acertada corresponde com effeito, sob o ponto de vista moral, á summula de suggestões constantes e coordenadas que nos permittem de agir de conformidade com uma idéa directriz e nos impõe a todo o instante, a despeito de nossas paixões individuaes ou de nossas inclinações hereditarias, uma regra de conducta segundo o nosso estado social.

Vejamos o que diz E. Laurent na applicação do methodo de suggestão como medida prophylactica na cura do esgottamento nervoso:

« Surprehendi no meu gabinete uma mocinha de treze annos, magra, fronte um pouco estreita, uns largos olhos negros e olheiras aroxeadas.

Provinda de paes nervosos, Gladie (assim se chama a menina) é uma creança insupportavel. Sabe apenas lêr e escrever, mesmo porque é preguiçosa, inapplicada e sobre tudo incapaz de fixar a attenção sobre o mesmo objecto durante um minuto.

Não acaba nunca o que começa e trabalha sem gosto nem prazer, e distrahida completamente. Não gosta de costurar, e seus brinquedos por si só, são brinquedos ridiculos, brinquedos de um bêbê de dois annos. Palra constantemente como um passarinho, lança catadupas de palavras incoherentes, sem curso, absolutamente

desconexas e que ella mesma não sabe o que significam. Não é raro se mostrar frequentemente grosseira e insolente nas suas phrases.

Já tentei ensinar umas licções a esta menina, mas eu percebi que não me escutava e que seu espirito divagava constantemente. Eu quiz então hypnotizal-a, mas não luctei pouco para vencer a difficuldade de fixar sua attenção sem fazel-a se distrahir. Prohibi-a, durante o somno, de palrar sem razão, de ser desobediente para com sua mãe; lhe recommendei de escutar quando se falla e sobre tudo de nunca fallar sem comprehender o que está dizendo; chamei-lhe a attenção egualmente para lêr e procurar comprehender o que lê, de sêr mais activa e mais attenciosa no seu trabalho, de melhorar sua *toilette*, tornar-se elegante, e obedecer sua mãe

Eu hypnotisei Gladie somente sete vezes, e já acho-a metamorphoseada.

Apezar de ainda fallar um pouco a esmo e distrahidamente, mas contudo o que ella diz significa alguma couza. Não é mais um moinho de palavras. Todas as suas phrases contem um pensamento ou pelo menos uma parcella de pensamento. Já é assidua ao trabalho, attenciosa ás recommendações que lhe fiz, e tornou-se dóce, gentil, amavel.»

Assim a suggestão, longe de anniquilar e paralysar a vontade do individuo o conforta.

Augmenta o poder ideo-reflexo, isto é, o poder de transformação da idea em acto. O individuo suggestionado readquire pouco a pouco a personalidade de fazer de suas idéas actos, a suggestão educa a vontade a querer.

Para os candidatos á neurasthenia, é seguramente o melhor dos tratamentos prophylaticos.

As medidas da hygiene preventiva applicaveis aos adultos se deduzem naturalmente do estudo de causas provocadoras ou determinantes do esgottamento nervoso. Como impedir a *surmenage* moral, origem de tantos casos de nervosismo, quando esta doença é de alguma sorte oriunda das condições super-activas da vida de nossa esposa? O conhecimento das razões superiores que se impõem ás gerações actuaes, o estudo dos meios proprios a attenuar a impedir o esgottamento, escapam evidentemente do dominio

da hygiene propriamente dita: Estão mais particularmente no dominio da sociologia. Herbert Spencer, nos seus «Commentarios philosophicos sobre a vida social dos Americanos», parece ter se apercebido duma visão segura sobre as cauzas profundas desta super-actividade, desta existencia de alta tensão onde se esgottam as classes laboriosas dos grandes centros industriaes e commerciaes.

«Encontram-se, diz elle, em todas as espheras, homens que têm soffrido de esgottamento nervoso em consequencia de desastres financeiros, ou que tiveram amigos que se fizeram uns, mortos pela *surmenage* de trabalhos, ou ficaram reduzidos a uma incapacidade permanente, outros têm passados longos periodos de tempos a recobrar a saude. Esta vida de alta pressão faz um mal immenso. O physico geme pavorosamente.

De outra parte este apego exclusivo ao trabalho tem como rezultado que, os divertimentos cessam de agradar e quando o descanço vêm já é tarde e, Ignez é morta.

A satisfação de ganhar o oiro fascinante, sobrepujando quasi todas as outras satisfações, não permitte mais este descanço na hora presente que é readquirido para a felicidade completa; este abandono é impedido pelo sentimento sempre presente das responsabilidades numerosas; de sorte que afóra este mal physico causado pelo excesso de trabalho, existe outro mal que destróe o valor que era outróra o encanto da vida.»

Depois de ter analyzado as cauzas sociaes e politicas desta excessiva actividade, desta fascinação pavorosa pela fortuna. Spencer acaba declarando que nós temos necessidade de reivindicar o ideal da vida, tanto que, si lançarmos um olhar retrospectivo para o passado, veremos que este ideal varia com as condições sociaes. Ninguem desconhece que ser um guerreiro victorioso era o ideal elevado nos povos antigos, como o é ainda em certos povos actuaes.

Antigamente o verdadeiro dever do homem consistia em guerrear. Com o desenvolvimento da vida industrial o dever de trabalhar tomou logar ao dever de combater. «Em pratica, diz Spencer, os trabalhos foram substituidos á guerra.

E este ideal moderno deverá ser seguido no futuro? Resta a duvida. E' propicio aos seculos em que a conquista da terra

e a submissão das forças da natureza para o uso do homem são de uma falta predominante.

«Mas, escreve ainda Spencer, mais tarde, quando estes dois fins tiverem sido realizados, o ideal formado ha de differir provavelmente muito do ideal actual.

Eu sustento gostosamente que a vida não é para o saber nem para o trabalho, mas que o saber e o trabalho são para a vida. Nos trabalhos humanos sempre ha muita necessidade de se transformarem os meios em fins.

No avaro nós vemos, que isto é uma realidade: elle accumula o dinheiro somente por um capricho, esquecendo que o valor do oiro está somente em se adquirir satisfações. Mas não nos esqueçamos tambem que assim como o oiro é accumulado, a actividade tambem, seja mental, seja corporal, não são mais do que meios e, que é irracional procural-a como exclusivo da vida completa, pois ella não serve senão (como para o avaro) de accumular de oiro que não prestará para nada: uma perfeita saude vale mais do que milhões e milhões de libras esterlinas!

Esperemos, por conseguinte que mais tarde, quando este seculo de progresso material tiver dado aos homens toda a sorte de beneficios que por nós possámos aspirar, e nessa occasião uma melhor distribuição do trabalho e da alegria havemos de gozar! Em summa, para que arruinarmos nossa vida, quando ella é tão curta.

Abusa-se muito do evangelho do Trabalho, já é tempo de passarmos ao evangelho do Descanço!

HYGIENE

CAPITULO II

No capitulo precedente consagrado á prophylaxia havemos dado medidas ou principios que devem reger, segundo nosso fraco entendimento, a educação physica e moral dos individuos hereditariamente predispostos ao nervosismo. E', com effeito, numa bôa educação que nos parece residir a prophylaxia, a mais segura do esgottamento nervoso.

A edade adulta, que é a da luta pela existencia, é fatalmente exposta ás multiplas e diversas influencias productoras dos estados neurasthenicos: o ruido, as paixões, os revezes, as molestias, tudo isto, são causas que o melhor codigo de hygiene prophylactica não se furta de supprimir: as regras prohibitivas que se poderam formular contra isto tudo não terão nenhum valor pratico porque estes elementos etiologicos fazem parte integrante da vida. Tambem o unico partido possivel é de preparar homens por uma educação forte, afim de supportarem victoriosamente o choque.

Nós vamos agora estudar os differentes meios de ordem hygienica que se podem manejar, quando se quer obter a cura dos estados neurasthenicos confirmados. A experiencia tem mostrado que o melhor tractamento da neurasthenia é o que consiste em uma sabia regulamentação de hygiene no doente.

E', com effeito, á pratica methodicamente combinada aos diversos agentes que a hygiene dispõe, que convem recorrer quasi que exclusivamente na maioria dos casos; a medicação pharmaceutica não deve occupar aqui senão um logar secundario. Nós mostraremos mais adeante, que o emprego de substancias medicamentosas é muito mais nocivo que util, póde no minimo contrariar a acção da therapeutica hygienica, e nós indicaremos á medida de nossas forças, em que condições elle é susceptivel de auxiliar a influencia curativa desta ultima, que deve sempre constituir a parte essencial e fundamental do tractamento.

As causas de neurasthenia e as modalidades clinicas que ella póde revestir são extremamente numerosas e é claro que a fórmula das prescripções hygienicas que convem em cada caso particular é variavel, por isso mesmo que pode differir sensivelmente de um individuo a outro. Eis porque não nos cansaremos de repetir, que é indispensavel de precisar para cada doente, por uma anamenese aprofundada, as causas reaes de sua affecção, as perturbações funccionaes as quaes elle accusa e o gráu de importancia de cada uma dellas. Isto dicto, é evidente que seria fastidioso indicar aqui em detalhe todas as variantes de tractamento que a diversidade dos casos clinicos comporta.

Tambem nós pretendemos expôr: 1.º a hygiene geral dos neurasthenicos tendo mais particularmente em vista a neurasthenia cerebro-espinal que representa em realidade o typo. o mais commum da nevrose, e 2.º as indicações therapeuticas especiaes á algumas de suas principaes fórmas clinicas.

Nos capitulos relativos á hygiene geral dos neurasthenicos, nós indicaremos successivamente, qual deve ser a alimentação dos doentes, quaes os climas que lhes são mais particularmente favoraveis, quaes as vantagens que elles podem tirar da hydrotherapia, da amassagem e dos exercicios gymnasticos; emfim, nós começaremos pela hygiene moral que é por assim dizer a dietetica mental desta categoria de individuos.

Hygiene moral. — P. E. Lévy definio a hygiene moral como sendo a fixação em o nosso organismo de sãos habitos phyicos e psychicos: está sobretudo no dominio da auto-suggestão.

« Ella, com effeito, (diz o citado auctor) existio em todos

os tempos, em todos os logares, em nossa casa, como um confidente e sustentaculo; ella tem por si a grande vantagem de se nos revelar aos nossos proprios olhos, forçando a penetrar mais intimamente em nós, incutindo dia a dia, mais nitidamente, a consciencia de nosso poder sobre nós mesmos.

Em summa, na nevrose e no neurasthenico em particular a hygiene moral deve ser proposta para um duplo fim: primeiro, manter intacta, augmentar mesmo o poder de reacção do organismo; em seguida, se esforçar por uma observancia attenta, de eliminar, desde que appareça, toda a causa capaz de lhe trazer damno.

Eis como, segundo a opinião abalisada de P. E. Levy póde se chegar a este duplo fim:

E' nescessario, em *primo loco*, acostumarmo-nos a bem examinar, a bem conhecer e a bem formar uma representação tão clara e leal como possivel de nossas forças, e de nossas fraquezas e de nossas imperfeições, physicas e moraes. Com effeito, procurar vêr claro suas paixões não é já fazer perder uma grande parte de sua violencia ?

Mas o homem e a nevrose em particular, não é sempre capaz de fazer esta analyse psychologica de sua personalidade. E' então que o medico intervirá, não o charlatão, armado de poções e clystéres, mas o medico psychologo iniciado em todas as finezas de sua arte. Elle se esforçará em pôr o neurasthenico de promptidão contra a influencia perniciosa de certas tendencias do espirito. Obstará que a nevrose chegue ao fim, estabelecerá uma relação, muitissimo ignorada do doente, entre as perturbações do espirito, os temores, preoccupações, surmenage, e desordens physicas antigas.

A medida que o neurasthenico fôr se conhecendo mais intimamente, contemplando sua alma, e vendo o que ella é, desapegar-se-ha pouco e pouco da noção que poderá ser, se esforçando para que elle deve ser. Demais, dezenhar-se-ha no seu espirito o typo moral e physico, que lhe servirá de modelo. Elle sentirá se elevando progressivamente dentro em si, a concepção dum ideal, desembaraçado de imperfeições physicas e moraes, são, robusto, ornado de todas as qualidades do corpo, do coração e do espirito.

Emfim, sempre com P. E. Levy, esta concepção geral que o neurasthenico ha de realisar em si, em primeiro confusa e ao depois, mais precisa em seus detalhes e contornos, será como o ponto luminoso o qual orientará todo o seu ser e toda a sua vida, maximé quando os obstaculos que os homens, as doenças e as paixões poderão apparecer em si, em torno de si. Sua existencia toda inteira será assim dominada por uma sorte de suggestão constante, modelando sua personalidade moral, regrando a cada instante suas idéas, seus sentimentos, suas decisões, resoluções e actos.

« A hygiene moral assim entendida, conclueP. E. Levy, toca ás raias, em summa, duma philosophia pratica da vida; será, então, a arte de disciplinar nosso espirito, nosso corpo, nossa existencia para todo o sempre, sob as leis da intelligencia e da razão.»

O neurasthenico que chegar, só ou com o auxilio do medico, a realisar este programma, procedendo dentro deste estado de perfeição moral, será como o navio que entra no porto, depois de uma longa viagem, será como um raio de luz numa matta escura. Estará sempre ao abrigo das tempestades da vida; não terá mais que luctar com as paixões, viverá feliz e robusto tendo o equilibrio mental, a paz do coração e do espirito.

Hygiene physica.— O neurasthenico deve ter uma existencia calma e tranquilla. Deve evitar os excessos de todos os generos, excesso de trabalho, excesso de fadiga, excesso *in Baccho et Venere*. Seus nervos estão fatigados, estragados: têm absoluta falta de repouso. E' necessario, portanto, banir de sua pessoa todo o ruido e toda a agitação.

As pessoas inexperientes veem no casamento uma sorte de ponto de refuigo onde veem se lavar todos os inutilizados, todas as victimas duma existencia gasta, esgottada. E' o remedio que offerecem algumas vezes aos neurasthenicos: a calma do lar domestico, abranda, dizem elles, as tempestades da vida. O papel e o dever do medico são de desaconselhar e impedir por todos os meios tão deploraveis uniões. O neurasthenico que se casa commette uma má acção, quasi um crime: á uma moça que lhe traz juventude e belleza elle não offerece sinão uma alma envelhecida num corpo esgottado.

Eu não falo das consequencias mais funestas que poderão rezultar para a descendencia, quando o neurasthenico não seja absolutamente impotente.

O tabaco e o alcool devem ser proscriptos rigorosamente. Um neurasthenico não deve absorver mais de meio litro de vinho fraco por dia, assim como uma chicara de café fraco após o almoço. Todas as bebidas alcoolicas devem ser supprimidas. Póde-se auctorisar o doente a copular no maximo um vez por semana.

Um ponto importante no tratamento hygienico da neurasthenia é que o doente renuncie suas occupações e prazeres habituaes. Pois é disto muitas vezes que provem a *surmenage* que tem provocado a explosão da molestia.

O neurasthenico deve, portanto, mudar seu genero de vida. Em logar do esgottamento physico e intellectual, passeios ao ar livre, partidas de pesca e de caça, mas sem se fatigar, em logar dos prazeres super agudos, as distracções que não causem de nenhum modo emoções violentas, a musica, a poesia, o desenho e. mesmo viagens pouco fatigantes, nos paizes de montanhas, longe do ruido e das agitações das cidades.

E' algumas vezes util isolar os doentes em estabelecimentos especiaes onde elles se acham submettidos a uma hygiene rigorosa, a uma sorte de disciplina que os deffende um dos outros, e os colloca ao abrigo das tentações e das faltas. A solidão, para alguns neurasthenicos, constitue uma vida excellente.

Weir Mitchell, Playfair, Bunkart, aconselham o isolamento nos casos de neurasthenia grave com abulia e asthenia muscular. Neste caso é mistér separar completamente de sua familia, o doente: não deve receber nem visitas, nem cartas, e não ter relações senão com o medico e enfermeiro.

O isolamento age assim supprimindo a influencia nefasta do meio familiar e permittindo a influencia suggestiva do medico de se exercer sobre o doente, afim de restaurar a vontade e restabelecer a energia do predicto doente.

Favorece, de outro lado, instituir uma hygiene rigorosa e de fazer tolerar ao doente a superalimentação tão nescessaria para combater o emagrecimento consecutivo na neurasthenia, principalmente, na feminina.

Para os neurasthenicos a vida do campo, como ja dissemos em capitulo anterior, será muito mais preferivel á vida das cidades onde elles estão sempre privados de saude e impellidos pelo bulicio das multidões. Mas, no entanto, nem sempre isto é possivel. Longe dos seus que lhe são caros, tornando-se nostalgicos, enlanguescem, ficam envolvidos por uma nuvem de ideas negras. Nestes casos Krafft-Ebing, aconselha de os deixar no meio onde se crearam, para evitar inconvenientes: dos males o menor diz o proverbio que não mente: E' muito mais difficil se aclimatar um cidadão no campo do que um provinciano na cidade. O primeiro tem a nostalgia do ruido e da multidão, o segundo será como a pastora, que nos fala Eça de Queiroz. «meio selvagem dos Ardennes que nunca vira outro espectaculo mais grato ao seu coração do que as cabras que guardava, foi um dia trazida das suas serranias a Pariz, quando no Boulevard passava, com a tricolor ao vento, um regimento em marcha. A pobre donzella fez-se branca como a cêra, e só poude murmurar, numa beatidade suprema:

Jesus! tanto homem ».

Para ventura sua o neurasthenico fará o mesmo.

No entanto, o silencio e a solidão acalmam os mais irritados.

A doçura das auroras, o esplendor do sol posto, o aspecto da verdura, os perfumes dos campos, tudo isto predispõe ao bem estar e embala o systema nervoso dos mais esgotados.

Demais, lembremo-nos com saudade e inveja do velho verso de Euripides, que diz; — « Felizes os que se movem, com espirito sereno e livre, num ar luminoso e macio ! »

Hygiene alimentar. — O regimen alimentar na neurasthenia deve visar uma triplice indicação:

1.° Restituir ao doente sua energia defficiente: 2.° se adaptar ás exigencias do estomago mais ou menos atono: 3.° se adaptar ás do intestino em estado de atonia, de espasmo ou de irritação. A multiplicidade destas indicações, que muito se contradizem uma da outra, cria difficuldades reaes para o estabelecimento duma bôa dietetica. E' por isso que frequentemente o estado geral mau recommenda uma bôa nutrição, abundante e rica, a dyspepsia gastrica obriga a restringir e escolher os

alimentos: demais o regimen que convém á atonia gastrica não é sempre o que se adapta á atonia intestinal: dahi a obrigação para o medico de bordejar de alguma sorte, e instituir o regimen de conformidade com as indicações predominantes. Conclúe-se, com effeito, do que precede, que não ha *um regimen alimentar, porém, regimens alimentares* para os neurasthenicos.

Aqui, como sempre, o empirismo e o espirito systematico têm livre carreira: ha medicos que têm *seu regimen* para a neurasthenia. Mas o que nós queremos deixar entrever são estas praticas anti-clinicas, exclusivas, mais dignas da quarta pagina dos jornaes do que dos livros de medicina.

Desde Hippocrates os medicos dignos deste nome, isto é, os que procuram indicações particulares para cada caso de neurasthenia, têm procedido desta sorte, do mesmo modo que, desde Hippocrates tambem, os empiricos têm *seu* processo, *seu* remedío, *seu* systema.

Nós não daremos aqui *nosso* processo, porém uma summula de processos de differentes auctores, de accordo com as exigencias dos casos de neurasthenia mais communs.

I Regimen alimemtar como reconstituinte da energia nervosa.— Para que seja possivel instituir sob este ponto de vista um regimen perfeitamente racional, varias condições se fazem mister: 1.° E' necessario conhecer com precisão o que absorve e o que rejeita a cellula nervosa, em estado de repouso ou de actividade, isto é, em outros termos, os phenomenos de sua nutrição em estado statico e em estado dynamico; 2.° Saber quaes são exactamente as mutações rezultantes dos diversos alimentos através do organismo, e poder determinar, tendo noções destas mutações a quantidade e a qualidade dos que devem sêr absorvidos para virem em apoio do trabalho nervoso.

Ficamos, porém, muito longe de semelhante precisão:

Ignoramos os meios da pesquiza, isto é, os elementos que poderiam praticamente resolver o problema.

Por isso que a substancia nervosa do cortex encerra na sua constituição gorduras phosphoradas (cerebrina e lecethina),

se tem pensado que a administração pela bocca de substancias alimentares ou medicamentosas) contendo phosphoro poderão restituir ao neurasthenico sua energia.

A observação empirica, porém, não tem se apercebido desta concepção; está-se ainda a procurar uma substancia phosphorada que seja seguramente assimilavel á substancia nervosa e que se possa dizer com certeza que influencia a nutrição e o funccionamento desta substancia.

Si somos conduzidos a instituir no neurasthenico um regimen alimentar tonico, é porque se suppõe, não sem alguma razão, que a asthenia nervosa liga-se á desnutrição geral, e que o restabelecimento da saude physica deve remediar a insufficiencia da energia nervosa.

Os feitos bem observados por Weir-Mitchel e confirmados por todos os observadores vêm em apoio desta maneira de ver.

E' necessario não perder de vista que os neurasthenicos nem sempre são doentes anemicos e emagrecidos: ha-os, cujas apparencias exteriores são perfeitamente satisfactorias. Isto prova que si a asthenia nervosa se associa muitas vezes a um certo gráu de decadencia organica, seja porque della resulte, seja porque ella provoque, póde, pelo contrarío, sêr independente.

Demais, é necessario bem reparar quando se instituir de ante-mão em todos os que apresentem signaes de neurasthenia, (cephaléa, rachialgia, lassidão, vertigens, impotencia cerebral etc.) o tractamento reconstituinte que não convem a alguns neurasthenicos.

Com effeito, os symptomas neurastheniformes podem estar sob a dependencia de perturbações, seja da nutrição, seja de certas funcções, e se commetterá um erro si se indicar o regimen alimentar dos verdadeiros neurasthenicos.

Queremos nos referir, por exemplo, aos arthriticos, com ou sem hypertensão. Nestes doentes que são auto-intoxicados, a hyperacidez dos humores recommenda um regimen moderado em quantidade, onde a carne e os albuminoides em geral não devem ter senão pouca extracção. São evidentemente estes casos que debaixo das vistas dos medicos, (Vigouroux, Gautrelet, M. de Fleury) são mais clinicos — alimentar o neurasthenico com substancias hydro-carbonadas do que com alimentos quaternarios.

Verdadeiramente esta pratica é legitima nos casos especiaes em que age.

Extensiva a todos os neurasthenicos, os verdadeiros, é um verdadeiro desastre. O que prova ainda a imperiosa necessidade que, para fazer uma boa theurapeutica, é mistér um bom diagnóstico preliminar.

O que acabamos de dizer sobre os neurasthenicos por auto-intoxicação arthritica applica-se aos neurasthenicos hepaticos, (Glénard, Lagrange); nestes, o regimen deve antes de tudo visar o figado.

Segundo a physiologia nos ensina, os alimentos se dividem em tres categorias: alimentos azotados, graxos e hydrocarbonados (alimentos feculentos, amylaceos, assucares), aos quaes vêm-se junctar os saes e a agua.

Os alimentos azotados ou albuminoides têm em parte por funcção reconstituir o trama de nossos tecidos; as gorduras, os assucares e os albaminoides em parte servem para produzir calôr e energia. Um bom regimen é o que encerra, nas proporções determinadas, as tres categorias de alimentos, e o homem é instinctivamente conduduzido a fazer uzo deste regimen mixto.

Segundo A. Gautier, um homem adulto médio para se manter em bom estado de saúde, não fornecendo senão uma quantidade minima de trabalho, gasta:

De albuminoides...............	110	grams.
» gorduras....................	69	»
» assucar ou amidon....	422	»

No homem que se entrega a trabalhos musculares penosos, estes algarismos augmentam:

De albumina...................	152	grams.
» gordura.....................	85	»
» hydrato de carbono.........	630	»

Numa actividade média devem corresponder dóses alimentares intermediarias. Estes algarismos variam segundo a edade, corpo, sexo e estação.

As tres categorias de alimentos são indispensaveis á saude.

Não se póde viver exclusivamente de albuminoides, por muito tempo, nem exclusivamente de gordura ou hydro-carbonos. Mas póde haver sem inconvenientes substituição, numa certa medida, duma categoria de alimentos por uma outra, dos hydro-carbonos pelas gorduras por exemplo ou inversamente. Uma bôa parte dos alimentos azotados, das gorduras e hydro-carbonos desempenham na economia o papel de combustivel. Ora um combustivel pode ser substituido por um outro. Daqui se tem procurado uma commum medida que seja applicavel ás tres ordens de alimentos e permitta dozar a alimentação em que cada um concorre com sua parte respectiva: esta medida commum é a *caloria*.

Sabemos que a caloria é a quantidade de calôr necessario para elevar a um gráu a temperatura duma kilogramma de agua.

Rübner estabeleceu:

Que uma gramma d'albumina equiv......... 4,1 calorias.
» » » de gordura equiv........ 9,3 calorias.
» » » hydrato de carbono equiv. 4,3 calori s.

Donde conclue-se que, multiplicando por estes coefficientes, as cifras indicadas acima, um adulto do sexo masculino, mettido em repouso, deve absorver uma quantidade de alimentos susceptivel de fornecer cerca de 2.800 calorias, o homem que trabalha deve produzir cerca de 3.500 a 3.800, a mulher em repouso muito menos, 2.000 a 2.200.

Resulta destes dados que um neurasthenico, que, por perda de appetite, preguiça de estomago, difficuldade da digestão ou outra cousa qualquer, absorve uma quantidade de alimentos equivalente a menos de 2.860 calorias, ou a menos de 110 grams. de albuminoides, 69 grams. de gorduras, 422 grams. de hydro-carbonos, alimenta-se insufficientemente e o que vemos é seu estado de asthenia persistir ou se aggravar em logar de melhorar.

Alguns, na pratica, aconselham a dosar de uma maneira meticulosa os alimentos ingeridos pelos doentes.

Importa, entretanto, de não precisar exclusivamente as asserções disto relativamente á sufficiencia ou insufficiencia de

nutrição; é necessario ter uma medida que possa servir de norma para se fazer uma idéia precisa do que é absorvido.

Deve-se recorrer: 1.° á pesada intermittente dos alimentos; 2.° á pesada do doente; 3.° á analyse das urinas.

Far-se-á pesar de quando em vez e durante dois ou trez dias de continuo, afim de ter uma média, dos diversos alimentos ingeridos pelo doente; ha a junctar aqui a medida dos liquidos absorvidos principalmente liquidos alimentares, como leite, chocolate, etc.

Tomemos de Gautier o seguinte quadro que representa, para os albuminoides, o coefficiente de utilização dos alimentos, os mais correntes.

Natureza dos alimentos	*Peso °/₀ de subs. proteica*	*Residuo*
Carne de boi.........	97,5	2,5
» » peixe......	97,3	2,7
Leite (caseina).......	91,7	8,3
Pão de trigo.........	78,9	21,5
« » milho	58,7	42,3
Lentilhas (legumina)	60,0	40,0
Ervilhas »	72,2	27,8
Feijão »	69,8	30,2
Arroz (gluten).......	75,0	25,0
Batatas (legumina)...	78,0	22,0
Couve »	81,5	18,5

Isto não é tudo. Não se deve esquecer que os albuminoides não são absorvidos em natureza ou antes, sem modificações chimicas anteriores. São submettidos em primeiro a um trabalho de dissociação para serem reduzidos em albuminas mais elementares. Depois tem logar um segundo trabalho, de reconstrucção, que, modifica áquellas que compõem o nosso organismo.

Esta dupla serie de operações se faz tanto mais completa quanto o elemento albuminoide se approxima das substancias quaternarias constitutivas de nosso tecido. Parece, sem duvida, que ella é mais facil e mais completa com a albumina da carne do que com a dos legumes.

Tambem a constituição chimica dos diversos alimentos não dá a medida exacta do seu valor nutritivo.

Era indispensavel lembrar estas noções afim de precaver-se contra o erro que consistiria em admittir que é bastante conhecer o peso e a natureza das substancias introduzidas no tubo digestivo, para inferir da quantidade precisa das absorvidas e que servirão ora para a reconstrucção dos nossos tecidos, ora para a producção das calorias necessarias.

Para complemento será util para os resultados a pezada dos doentes. Com effeito, é util pezal-os de quando em vez, com intervallos fixos, para se auferir: si elles emagrecessem, si ficam estacionarios ou se engordam, noções que é necessario ter em mente no tratamento da neurasthenia.

Tambem é necessario não perder de vista que o engordamento não é tido como um criterium bastante de uma alimentação do systema nervoso. Com uma proporção de gordura e de hydro-carbono, augmenta-se de pezo; não está demonstrado que se acresce assim a energia nervosa.

Tambem são considerados como defeituosos os regimens systematicos, em voga em certos estabelecimentos estrangeiros, que fazem engordar os doentes.

A analyse das urinas, praticada de tempos em tempos, fornece tambem sobre a nutrição indicações de subido valor. Na variedade destas analyses nós pesquizaremos os saes, os albuminoides absorvidos, as gorduras e os hydro-carbonos que dão nascimento a productos de oxydação que se eliminam, não pelos rins, porém, pelos pulmões. Muitas duvidas existem sobre a significação dos algarismos absolutos exprimindo a proporção na urina dos saes, e dos diversos productos de transformações dos albuminoides (uréa, acido urico).

Tem-se dicto que menos importa conhecer a quantidade eliminada de phosphoro, de enxofre, ou de azoto do que a forma sob a qual a eliminação tem logar, e tem se pretendido substituir a dozagem simples destas diversas substancias pelo methodo chamado dos coefficientes. E' assim por exemplo que em logar de dozar em bloco simplesmente o azoto total da urina, doza-se de uma parte este azoto total e de outra parte o azoto da uréa,

A relação entre dois algarismos

$$\frac{\text{Azoto da uréa}}{\text{Azoto total}} = \frac{\text{Az M.}}{\text{Az T.}}$$

que em estado normal será de 0,85 na média e que representa o que se chama *coefficiente azoturico*, que exprimirá, por suas variações, modificações da nutrição, cujos algarismos isoladamente reunidos, não darião nenhuma noção precisa.

E' necessario que seja sufficientemente edificado sobre o valor deste coefficiente e de alguns outros que têm sido propostos· Sob o ponto de vista pelo qual nós nos collocamos aqui, elles têm pouco interesse. Depois das pesquizas de Marcel e Henri Labbé, as relações qualitativas e quantitativas que existem entre a composição do regimen e a das urinas permitte de affirmar que, pela maior parte pelo menos, os materiaes das urinas não provêm de nenhum modo da desassimilação dos tecidos, mas da combustão dos alimentos introduzidos no organismo.

Depois destes auctores a excreção urinaria é antes de tudo a traducção do modo de alimentação.

Em consequencia vê-se que os algarismos absolutos fornecídos pelas analyses de urina são susceptiveis de nos dar informações, melhor do que se pensava nos ultimos tempos, sobre o modo de alimentação de nossos doentes e sobre a sufficiencia ou não desta alimentação, pelo menos no que diz respeito aos saes e alimentos quaternarios.

E' mister lembrar sempre que a eliminação dos diversos residuos combunidos da alimentação não se faz para todos com egual rapidez, por isso que não é bom se contentar com uma só analyse da urina, mas praticar seja uma quotidiana durante trez dias, seja pelo menos duas separadas uma da outra por um intervallo de um dia.

Ver-se-ha que os algarismos indicados por estas analyses se approximam ou se afastam para cada substancia, dos que exprimem a média das vinte e quatro horas num homem normal, de regimen alimentar médio, cifras que são indicadas em geral sobre as folhas da analyse.

Combinando os documentos fornecidos pela pesada dos alimentos solidos e a mensuração dos liquidos com os dados pela pesada dos doentes e pela analyse das urinas, chegar-se-ha a avaliar da sufficiencia ou insufficiencia do regimen alimentar, pelo menos na medida em que, no estado de ignorancia em que estamos sobre as condições da nutrição do systema nervoso, somos obrigados a considerar como regimen sufficiente para um neurasthenico áquelle que suppre as necessidades geraes do organismo.

A insufficiencia de certos regimens recommendados aos doentes ou espontaneamente seguidos por elles apparece desde que se submette ao criterio assignalado mais acima, senão vejamos o que pensamos a respeito do lacteo exclusivo:

Um *litro de leite* de vacca crú encerra:

Agua............................	861,3
Caseina..........................	49,0
Gordura (manteiga)..................	40,0
Assucar de leite.....................	55,0
Saes.............................	4,0

O que dá em substancias alimentares, por trez litros, dóse quotidiana média:

Albumina.....................	49X3=147
Gordura......................	40X3=120
Hydro-carbonos................	55X3=165

Si se comparam estes algarismos aos da ração normal média de subsistencia que nós temos dado precedentemente, vê-se que trez litros de leite contêm:

Mais albumina do que é necessario.	147	em	logar de	110
Mais gordura.....................	120	»	»	69
Menos hydro-carbono.............	165	»	»	422

O regimen lacteo constitue por conseguinte um regimen

defeituoso pela insufficiencia de hydro-carbono e superabundancia de gordura. Póde-se, em parte, remediar este defeito tirando a nata do leite e junctando uma certa quantidade de assucar ou de lactose.

E' necessario não esquecer de que sobre o ponto de vista das calorias a gordura em excesso póde se substituir si é sufficientemente digerida pelo estomago, aos hydro-carbonos insufficientes. Admittindo-se que assim seja, 3 litros de leite encerram as calorias seguintes:

Albumina............	147x4,1=602	calorias
Gordura...............	120x9,3=116	»
Hydro-carbono........	165x4,3=709	»
Total	2.428	calorias

Isto seria sufficiente para um doente em repouso, mesmo tendo-se em conta o desperdicio produzido pelos dejectos intestinaes.

Mas a isodynamia das trez ordens de alimentos é sobre certas vistas theoricas, e um regimen, para ser bom, deve, si é prolongado, respeitar as proporções relativas das trez categorias de alimentos que comporta um regimen normal de subsistencia. Eis porque, á titulo de regimen duravel, o regimen lacteo será defeituoso no neurasthenico occupado, em que a ração devêra ser augmentada. Ahi devêra ter superabundancia de albuminoides e de gordura.

Como outro exemplo de regimen insufficiente e defeituoso é o que se observa correntemente em uzo, nos individuos pertencentes ás classes abastadas, que constitue um regimen muito rico em albuminoides e insufficientes em hydro-carbonos.

Elle se compõe por exemplo:

	alb.	*gord.*	*hydro c.*
1.° almoço: 250 gr. de leite representam	12 gr.	10 gr.	14 gr.
Almoço solido dois ovos............	13 »	14 »	—
» » 100 gr. de carne......	19 »	5	
» » 100 gr. de ervilhas...	20 »	1 »	61 »
» » 30 gr. de queijo.....	8 »	10 »	
Jantar: equivalente..............	60 »	30 »	61 »
Junctando 300 gr. de pão..........	20 »	4 »	164 »
Total.......	152 gr.	70 gr.	300 gr.

b) **Falemos agora dos saes da alimentação.**

Nós eliminamos pelas urinas, suores e fezes, 26 grammas em média de materia mineral, composta de uma parte por chloru reto de sodio, e de outra sobretudo por phosphato e sulfato de sodio, de cal e de magnesio. A estes saes é necessario junctar alguns milligrammas de ferro e de silicio e centesimos ou millesimos de milligrammas de arsenico, cobre, manganez, iodo, bromo e boro. Estes ultimos elementos são eliminados graças sobretudo a descamação epithelial ou pela queda dos cabellos ou pellos.

Estes elementos mineraes, que fazem parte integrante dos nossos orgãos e plasmas, devem figurar na alimentação; os animaes que delles são excluidos se estiolam, fenecem e morrem, como estabeleceram as experiencias antigas de Chossat e Boussingault e as mais recentes de Forster e Kemmerich. As substancias phosphoradas são fornecidas a nossa economia seja por alimentos vegetaes, seja por alimentos animaes, ora sob a fórma natural, ora sob a forma de medicamentos.

Entre os alimentos de origem animal, o leite encerra uma notavel proporção (50 centigrammas de acido phosphorico por litro); os ovos contêm sob a forma de lecethinas (13 centigrammas de acido phosphorico por ovo.) As combinações phosphoradas dos ovos e do leite são certamente muito assimilaveis.

Quanto o regimen carnado, rico em azoto, é, ao contrario, como observou Joulie, insufficiente em acido phosphorico. E' opposto ao regimen vegetariano, menos rico em azoto, rico porém, em acido phosphoríco. Tambem é deste ultimo que nós utilizamos o phosphoro, tanto no estado physiologico como no estado pathologico. Os cereaes constituem uma reserva preciosa de productos phosphorados; pode-se só empregar sob a forma de pão, de farinha, de decocções etc.

Experiencias já antigas têm mostrado que si se administra phosphatos mineraes em natureza a uma vacca leiteira, a riqueza em phosphatos de seu leite não é modificada; para que ella se possa utilizar é necessario misturar estes saes ao sólo, de sorte que o animal absorva por intermedio das gramminéas do pasto.

Como bem disse Baussingault, «os phosphatos, para serem assimilados pelo organismo, devem ser elaborados num crysol particular que é o vegetal.»

Estes feitos leva-nos a duvidar da efficacidade das preparações phosphatadas de origem mineral que têm, nestes ultimos annos, multiplicado as formulas pharmaceuticas.

E' para remediar sua insufficiencia que se tem procurado isolar dos cereaes sem acido phosphorico organico (phytina) de Gilbert et Posternak que se tem pensado desempenhar as propriedades dos phosphatos naturaes dos vegetaes.

Seja qual fôr o valôr destes diversos productos pharmaceuticos sobre os quaes a clinica não nos tem mostrado nada de decisivo, são os alimentos (cereaes, leguminosos) os preferidos, quando se possa, para o fornecimento de principios phosphorados necessarios ao systema nervoso dos neurasthenicos.

Ha alguns annos, Joulie preconisou na asthenia nervosa o uzo do acido phosphorico em natureza. No capitulo consagrado propriamente ao tractamento nós falaremos da medicação phosphorada acida, que segundo Cautru, Martinet e outros, não tem dado os felizes rezultados annunciados por Joulie.

II. Regimen alimentar nas perturbações digestivas.— Bem que tudo me afaste de pensar na douctrina pathogenica que faz da neurasthenia uma molestia primitiva do estomago de repercursão secundaria sobre os centros nervosos, eu creio portanto na extrema importancia das desordens gastro-intestinaes, e na necessidade do regimen alimentar como parte integrante da cura. O abaixamento do tonus nervoso, em primeiro, implica na atonia das paredes e na pobreza da secreção das glandulas; mas ao depois a distenção e a dilatação, os productos de fermentações secundarias, a atonia do intestino, a putrefacção das materias que se retardam produzindo a constipação, têm uma indiscutivel repercussão sobre o somno, sobre o estado da circulação, sobre o estado da nutrição e tambem sobre o estado mental.

Haja vista o alcool, que faz mal ao nevrotico, não sómente quando elle toma em altas dóses ou sob a fórma de licor muito fraco ou quando elle se contenta de absorver sob as suas formas as mais diluidas, cerveja, cidra, ou agua com vinho, etc.

Na neurasthenia com hypertensão, temos á nossa disposição toda uma serie de meios importantes, na primeira plaina dos quaes o *regimen lacteo*, que, quando os doentes a elle se submettem,

não será senão durante dois ou tres dias, para provocar nesta categoria de nevropathas um lenitivo immediato para ao depois ser fallivel, como já vimos. Na verdade, eu creio que se não deve uzal-o por muito tempo.

E' mister substituil-o, breve, pelo regimen *lacteo-vegetariano*, que poder-se-ha sem muito tempo dar um prato de carne assada ou guizada, muito cozida e secca, que se servirá no almoço da manhã.

Não nos esqueçamos de que, para evitar as perturbações gastro-intestinaes deve se prescrever refeições seccas, supprimir todas as beberagens ao curso da digestão estomacal, e de dar leite de hora em hora, nos momentos em que o estomago estiver vasio. E' muito util uzar dum terço de agua bicarbonatada e juncta a cada copo uma colherada de café de agua de cal medicinal.

Na neurasthenia com hypotensão, ainda aqui, o regimen alimentar é de primeira utilidade. Habitualmente hypopeptico, o verdadeiro nevrosthenico deprimido pela hypotensão, não acha no alcool, nos vinhos de meza, nos elixires medicamentosos, nos licôres, senão um excitante que o enerva e deprime, que o irrita e lhe communica somnolencias não poucas vezes invenciveis.

Tanto mais que o neurasthenico com hypertensão, o nevropatha francamente asthenico não deve beber vinho.

Outrosim, como seu succo gastrico é pobre, é bom lhe recommendar de o não diluir nas grandes quantidades de liquido nas refeições.

Ainda aqui, o melhor é aconselhar o *regimen secco*, fazendo-o beber agua, facil de digerir, ás 9, ás 10 e ás 11 horas da manhã, e ás 4, ás 5 e ás 6 horas da tarde. (M. de Fleury).

Mesmo porque sua capacidade vital esta diminuida sobre todos os pontos de vista, para a combustão dos alimentos como para todo o resto, é sabio e intelligente de não carregar muito seu estomago de substancias que possam produzir acido urico em excesso. E' necessario dar-lhe carne, o sufficiente na refeição da manhã, um pouco menos na refeição da tarde, e ovos, peixes de digestão facil, e legumes que não fermentam muito no estomago e no intestino, á saber: alcachofas com molho branco, os feijões verdes muito tenros, as batatas com manteiga fresca ou em *pureés*, pureés

sabiamente tamizados de pequenas ervilhas, de lentilhas e de ervilhas seccas, pureés de salada cozidas, cremes cozidos, fructas cozidas, etc.

Habitualmente destituidos de appetite, estes doentes são susceptiveis de gradualmente se nutrirem com uma abundancia crescente, si se não os mantêm restrictamente no regimen. Chega-se tambem por meio de injecções salinas ou de alguns aperitivos puramente mecanicos, a dar-lhe um appetite immediatamente bulimico, que é necessario muitos vezes util de refreiar.

Toda a refeição deve ser muito moderadamente copiosa, estes doentes tendo, como vimos, uma secreção gastrica, como fogo de palha, elles devem fazer todo dia quatro pequenas refeições, como vamos ver mais adiante.

O regimen de Maurice de Fleury, diz elle, tem a vantagem de proporcionar á digestão todas os serviços que eram para o regimen secco difficeis, permitte a lavagem do sangue, graças aos seis copos de liquido, absorvidos nos momentos em que o estomago está vasio. Esta maneira de proceder supprime todo o perigo de lithiase renal, hepatica e intestinal; não é menos util sob o ponto de vista da colite muco-membranosa; de outra parte é uma lucta vigorosa contra a tendencia excessiva que têm nossos doentes de emagrecer, desde que se procure accelerar suas combustões. Mas este regimen não tem todas estas virtudes se o doente não renuncia completamente a therapeutica medicamentosa; é sobretudo nos neurasthenicos em que se observa frequentemente a dyspepsia por abuso de drogas.

M. de Fleury desaconselha habitualmente as drogas eupepticas, eu não chego a tanto, porque tenho obtido resultados magnificos com a pepsina e a pancreativa sob a forma de pós:

Pó de pepsina. . . .)
» » pancreatina.) 15 centigrammas
» » nox-vomica. 1 centigramma

Para um papel, n. 20. Um, no meio de cada refeição, num pouco d'agua ou syphão.

Os laxativos me parecem dar rezultados magnificos, que

não nos neurasthenicos muito deprimidos que veem augmentar sua asthenia: o melhor de todos é a capsula de oleo de ricino tomado ao acordar, um pouco antes da primeira refeição da manhã; mas é commodo tambem absorver, na refeição da tarde ou no momento de deitar-se, algumas pilulas d'aloes, alguns papeis de rhuibarbo ou de cascara, todas as coisas que agirem, em condição de mudar de laxitivos numa semana ou dez dias, pois o intestino não demora de se irritar com este ou aquelle excitante de suas contracções. M. Albert Robin prescreve muitas vezes pilulas laxativas compostas que não provocam infalivelmente colicas, é a formula seguinte:

Aloes.....................	2 grammas
Turbitho vegetal...........	ââ 1 gramma
Resina de jalapa...........	
» » scammonéa.......	
Extr. de jusquiama.........	ââ 15 grammas
Extr. de belladona.........	
Sabão amygdalino..........	q. s.

Para cincoenta pilulas.

Quanto ás lavavagens do intestino, tem sua utilidade por prestar serviços muito apreciaveis. E por isso é bom de quando em vez dar clysteres salinos aos constipados. Por analogia com a injecção hypodermíca de sérum que eleva a pressão sanguinea, proporcionando a arvore arterial a se contrahir, eu tinha aconselhado o uzo methodico de injecções rectaes duma solução salina pouco concentrada, e fria de preferencia. Ellas têm por effeito: 1.° de desembaraçar o intestino, por lavagens, das materias que ahi se disseminam; 2.° de reavivar a contractilidade adormecida do intestino, e pouco e pouco fazel-o adquerir uma tonicidade mais perfeita: 3.° permittir a absorpção e a passagem para o sangue duma certa quantidade d'agua salgada, cujo effeito tonico e diuretico se não pódem duvidar.

M. Gilbert Ballet formúla da maneira seguinte o regimen alimentar nos neurasthenicos affectados de fermentações intestinaes:

1.° Nos casos em que o estado saburral da lingua é muito accusado, quando ha perda de appetite, distensão do ventre,

crises dolorosas vivas e frequentes, diarrhéas com falsas membranas, frequentes e putridas, regimen lacteo exclusivo; o leite deve ser tomado ao gráu do doente, seja por pequenas dóses muito repetidas, seja por dóses mais fortes e mais raras; ou melhor, regimen exclusivo do kephir, n. 2, em dóse de 4 á 6 copos por dia: E' raro o doente tolerar.

Si o leite ou o kephir são mal supportados, pode-se substituir pelas sôpas de agua e farinhas escolhidas, addicionadas ou não dum pouco de leite, e que se dá duas ou quatro vezes por dia.

Este regimen implica no repouso ao leito, ou pelo menos no quarto.

2.° Quando as dores são menos vivas, as defecações menos penosas, o ventre menos distendido, que o doente tenha tomado ou não anteriormente o regimen precedente, prescreve-se o regimen lacteo-farinoso da maneira seguinte:

a) 1.° Almoço ás 8 horas—Kephir ou leite, puro ou addicionado dum pouco de café ou chá; bolo secco ou biscoutos, ou uma codea de pão torrado com um pouco de manteiga fresca.

b) Ao meio dia—Almoço composto de dois pratos e duma sobremeza, escolhidos dentre os alimentos seguintes: mingáus de farinhas, sôpa de batatas, ervilhas seccas, lentilhas, com manteiga fresca; batatas, arroz, macarrão, pudding, queijo fresco, compotas de fructas pouco assucaradas.

Em rigor, duas gemmas dovos.

Pão torrodo ou biscoutos.

c) A's quatro horas—Kephir, ou leite, com café ou chá.

d) A's 7 horas a mesma refeição do meio dia.

Repetimos, não tomar liquido no curso da digestão estomacal e quando muito ás 10 horas e á noite em logar de agua pura, um copo de boa agua mineral.

3.° Na phase em que os phenomenos de fermentação intestinal são ainda mais attenuados, permitte-se, na refeição do meio dia primeiramente, depois na do meio-dia e da tarde, a addição dum pouco de carne (carneiro ou boi, gallinha ou vitella, quente ou frio), mas recommendando que o prato de carne seja acompanhado d'um prato copioso de sôpa de legumes, de arroz ou macarrão.

Estes regimens não constituem senão indicações modificaveis segundo as circumstancias.

Em semelhantes casos é necessario ter noções directrizes ás quaes se devem confirmar o mais possivel sem nunca perder de vista que o organismo vivo não é mais do que uma retorta e que, nos neurasthenicos sobretudo, ter-se-ha de contar com as questões de gosto, repugnancia, apetite e reacções gastricas em frente dos alimentos, que obrigam a conformar suas prescripções ás particularidades e indicações especiaes de cada caso. Saber fazel-o, eis o que distingue o bom medico.

Na neurasthenia feminina ainda M. Gilbert Ballet acha que a super-alimentação tem uma grande importancia, mas antes de de instituil-a é indispensavel dar balanço no estado das funcções gastricas da doente.

E' docemente tolerada quando a doente é somente affectada de atonia gastro-intestinal, e melhor ainda quando a anorexia revela quasi exclusivamente o estado mental, e que não tem, em summa, como a anorexia das hystericas, senão o valor d'uma idéa fixa. Demais, convém applicar o methodo com mais prudencia e moderação quando se tracte de uma doente ha muito tempo dyspeptica e que chegou na phase de dilatação permanente com estase e fermentação acidas.

Nos casos em que a ectasia gastrica está ligada á catarrho estomacal, nos parece preferivel procurar e obter, por um tractamento local em diversos sentidos, a melhoria das funcções do estomago, antes de applicar o regimen alimentar preconisado por Weir-Mitchell. Aqui registamos os preceitos formulados por este auctor no que toca a dietetica: na quasi totalidade dos casos principia-se pelo regimen lacteo. A doente absorve todos os dias 2 á 3 litros de leite, na dóse de 260 grammas, de duas em duas horas. Depois de sete ou oito dias de dietetica lactea, a paciente faz ao meio-dia um ligeiro almoço, composto de uma costelleta. Depois, no fim de trez ou quatro dias, eleva-se progressivamente a refeição, junctando-se a precedentemente indicada uma fatia de pão com manteiga, duas ou trez vezes por dia.

Quando decorrerem quinze dias a doente fará trez refeições completas, continuando a tomar, seja nas refeições, seja nos inter-

vallos, um litro e meio a dois litros de leite por dia. Quando completarem vinte dias, começar-se-ha a dar, no momento das refeições, cerca de cem grammas de extracto de malta liquido destinado a favorecer a digestão. Póde-se ainda prescrever o caldo de carne (beeftea): é uma infusão de carne de boi, preparada ao banho-maria e addicionada de algumas gôttas de acida chlorhydrico e filtrada.

Weir-Mitchell gosta que a manteiga tenha grande extracção nos alimentos dos neurasthenicos.

No inverno elle chega a prescrever mesmo uma á duas onças de oleo de figado de bacalhau e, se o estomago tolera mal este corpo gorduroso, elle applica-o em clysteres associado á uma infusão de páncreas preparada numa temperatura de 60 á 80 gráus. Emfim, permitte uma certa dóse de alcool, sob a fórma de algumas gottas de whisky ou de dois copos de champagne.

Todos os medicamentos, bromuretos, chloral, morphina, etc., os quaes estes doentes estão na maior parte habituados á uzar, quiça, á abusar, devem ser supprimidos.

Weir-Mitchell não se cansa de aconselhar, para combater a constipaçãp, 5 á 10 centigrammas de extracto aquoso de aloes que o doente toma pela tarde. Prescreve ainda o ferro contra a anemia.

Tal é o methodo therapeutico preconisado pelo auctor americano nas fórmas graves de neurasthenia feminina. Vias principalmente dois grandes symptomas deste estado neurasthenico, á saber: a depressão da energia da moral e da vontade, assim como o emagrecimento e a anemia causadas pelo insufficiencia da alimentação.

Na Inglaterra, Playfair tem muito contribuido na applicação do methodo de Weir-Mitchell. Na França, Charcot, Bouveret, Dejerine e alguns outros clinicos, Gilbert Ballet, têm egualmente experimentado com successo. Si por vezes não produz senão uma melhora passageira, tem dado, num grande numero de casos, curas completas e definitívas.

Devemos affirmar, alto e bom som, que é de um grande valor real.

Eu, na minha modesta clinica de estudante tenho applicado o e os resultados têm sido magnificos.

Na Allemanha, Leyden, Biswanger, Burkart têm modificado a dietetica de Weir-Mitchell, com resultados mais ou menos felizes.

Leyden, por exemplo recommenda para o regimen de emagrecimento o seguinte:

De manhã—A's 7 horas: 500 c. c. de leite para tomar em 30 minutos.

A's 8 horas, pequena chicara de café com leite; 80 grammas de carne fria; 3 fatias de pão com manteiga. Um pires de batatas frictas.

A's 10 horas: 500 c. c. de leite, 3 biscoutos.

Ao meio dia: 600 c. c. de leite.

De tarde—A' 1 hora: Caldo de carne; 200 grammas de gallinha. Batatas, hortaliças e compota de fructas. Pasteis.

A's 3 horas e meia: 500 c. c. de leite.

A's 5 horas e meia: 80 grammas de carne assada, 2 fatias de pão branco com manteiga.

De noite—A's 8 horas: 500 c. c. de leite.

A's 9 horas e meia: 500 c. c. de leite e biscoutos.

Aos doentes que têm uma aversão consideravel pelo leite· Biswanger aconselha o regimen:

Durante a primeira e a segunda semanas da cura:

A's 7 horas: 125 grammas de cacau cozido com leite.

A's 9 horas: uma chícara de caldo, 30 grammas de pão de Graham e 10 grammas de manteiga.

A's 11 horas: um pequeno copo de vinho branco e uma gemma de ovo.

A' 1 hora: 80 á 100 grammas de sopa, 500 grammas de carne assada, 10 grammas de batatas, 7 grammas de legumes, 20 grammas de arroz.

A's 4 horas: meio litro de leite.

A's 6 horas—20 grammas de carne assada, 20 grammas de pão, 5 grammas de manteiga.

A's 8 horas: um quarto de litro de sopa com gemma de ovo.

A's 9 e meia—um quarto de litro de leite.

E durante a terceira, quarta, quinta e sexta semanas de cura, o seguinte:

A's 7 horas: 125 grammas de cacau com leite.

A's 9 horas: uma chicara de caldo, 50 grammas de carne, 50 grammas de pão de Graham, 15 grammas de manteiga.

A's 11 horas: um pequeno copo de vinho e uma gemma de ovo

A' 1 hora: 25 grammas de sopa, 80 grammas de batatas, 35 grammas de legumes, 70 grammas de assucarados, 50 grammas de compotas.

A's 4 horas: 200 grammas de cacau.

A's 6 horas: 100 grammas de carne assada, 50 grammas de pão, 15 grammas de manteiga.

A's 8 horas: 250 grammas de sopa (com 20 grammas de manteiga e uma gemma de ovo), compota de fructas.

A's 9 horas: meio litro de leite.

Estes auctores têm procurado egualmente, mas sem atinar, acertar as indicações e contra-indicações do methodo.

Burkart, Leyden querem que o isolamento fóra da familia seja uma condição má para os doentes que apresentam phenomenos de excitação, que o tratamento systematico de Weir-Mitchell não convêm aos cerebrasthenicos, nem aos individuos que soffrem de dores visceraes ou de dores nevralgicas nos membros.

Burkart faz observar com razão que, para poder beneficiar a cura de Weir-Mitchell, os doentes devem possuir uma certa intelligencia para um fim desejado.

De resto, diremos que temos feito a applicação do methodo de tratamento de Weir-Mitchell, num bem crescido numero de doentes, e os resultados têm sido magnificos.

TRATAMENTO

CAPITULO III

Psychotherapia. — A influencia moral que póde exercer o medico sobre o neurasthenico tem uma importancia capital.

E' necessario, com effeito, que o medico saiba ganhar a confiança do doente, ter sobre elle toda auctoridade, impor-se-lh'o em uma palavra. Para isto deverá sabiamente escutar com paciencia seu doente, attender sem se aborrecer toda a narração muitas vezes interminavel dos seus soffrimentos e magôas.

Ao medico não cabe nunca a pilheria ou a ironia em presença das confidencias mesmo nos casos os mais surprehendentes.

Deverá sempre conservar ou pelo menos em presença do doente uma seriedade de esphinge. Examinará attentamente todos os seus orgãos, após lhes explicará que todos estes symptomas são puramente nervosos e portanto curaveis. Não deverá nunca fallar de molestia imaginaria; posto que isto produzirá sobre o espirito do neurasthenico o mais deploravel effeito. Si o medico se acha em presença de um doente intelligente, instruido, poderá sem temor explicar-lhe as origens de sua molestia, fazel-o-ha transportar ás causas, mostrando-lhe o ponto de partida de suas ideias obsedantes, de seus temores, fazendo-o entrever a porta de sahida de um caso semelhante. Si se tracta, porém, de um doente des-

pirito pouco cultivado, de intuição tacanha, o medico procurará arranjar uma explicação mais ou menos exacta, sobre o ponto de vista clinico, mas sempre engenhosa e sempre accessivel ao espirito do doente que elle agora começa a dirigir.

O medico (já observei muitas vezes) produz uma impressão tão viva quão feliz sobre os neurasthenicos, que veem-no consultar, si os auxilia na descripção de seus symptomas morbidos, em precisando nos seus detalhes, chamando attenção sobre certos pontos em que elles não foram tocados, mostrando-lhes em uma palavra que conhece seus males tão bem senão melhor do que elles.

Eu considero, e commigo E. Laurent, como muito perigoso o fazer comprehender ao neurasthenico que já se esteve doente como elle, que já se esteve mergulhado ao fundo dessa especie de buraco negro e que já se veio á tona da luz como quer M. de Fleury. Isto assim é collocar-se num estado de inferioridade em face do doente. Si elle é bom, como vimos de dizel-o, capaz de comprehender que conhecemos seu mal d'elle, que sobre isto temos feito um estudo minucioso e aprofundado, é mistér tambem fazel-o sentir que se acha em presença dum sêr superior á elle, inaccessivel a suas mil miserias, capaz por conseguinte de o reconfortar, de o tomar debaixo de sua égide.

E' preciso mostrar uma vontade forte em presença de sua vontade defeituosa. Não nos esqueçamos que para os grandes males, grandes remedios. E' por isso que o recommendam Proust et Ballet: o medico deve evitar de vêr muitas vezes seu cliente, pois assim fazendo, corre o risco de uzar sua auctoridade, de esmagar sua influencia. «E' bom que a visita do medico seja um pouco desejada; deve ser de alguma sorte para o neurasthenico, no decorrer da cura, um acontecimento sempre efficaz e que o impressione. O medico não deve fallar nunca frente a frente com o doente em tom muito familiar: sua attitude não deve ser affectada somente de commiseração e de attenção: carece tambem de firmeza e por vezes mesmo um pouco de inflexibilidade. O paciente tem necessidade de sentir uma razão superior á sua, uma vontade forte que o dirija e que lhe seja um apoio solido na reforma moral a que elle é incapaz de se impôr.»

Em uma palavra, é necessario, que o doente encontre no

medico uma auctoridade que dirija a sua vontade e a subjugue e não uma affabilidade delicada que discute e capitula.

Ha neurasthenicos que não fazem esforço algum para sahir do seu estado. «O que ha de mais verdadeiramente terrivel, em semelhante caso, diz M. de Fleury, é quando o doente, ainda que procure um medico para pedir lenitivos, não quer litteralmente ficar bom. Está de tal forma habituado a esta maneira de viver, tem-se por bem satisfeito em fazer seu leito na miseria em que se acha, onde elle quer estar, e que toda a palavra de consolo ou de esperança não fazem sinão exasperal-o, mesmo porque contraria a corrente de suas idéas constantes.

Tenho visto neurasthenicos gráves e melancholicos levarem em capricho o medico que, lhes faz o bem, que lhes eleva as forças, que lhes contraria a se nutrirem e lhes quer dar a sensacção de vida n'um cerebro que não quer pensar senão no suicidio.»

A obsessão, a crença do doente que não póde curar-se, tem uma parte etiologica consideravel na neurasthenia. E' mister então romper o habito morbido pela suggestão em estado de vigilia ou a suggestão hypnotica para ver si se opera como algumas vezes verdadeiros milagres.

Si, desde a primeira audiencia, se produz uma modificação favoravel, a confiança se estabelece, o doente se habitua a ideia da cura, se auto-suggestiona e sara.

Importa saber de que si os neurasthenicos são impressionaveis e suggestionaveis, são difficilmente hypnotisaveis. Os estados de somno que se podem provocar nos neurasthenicos não os leva até a inconsciencia que se esqueçam de acordar. Dormem por assim dizer acordados, assistem á sessão, e apezar de terem os olhos cerrados e o bem querer de dormir. Tambem as suggestões communicadas nestes estados de somno não se impõem com energia ao seu espirito.

Emfim, é necessario não esquecer de que o tratamento psychotherapico da neurasthenia não pode attender o moral senão através do physico.

Com effeito, si a hysteria apparece como uma molestia corporal nascida da idéa, a neurasthenia é, ao contrario, uma malestia do espirito, nascida do funccionamento empobrecido do

nosso organismo physico. Por isso que a neurasthenia se não cura pela suggestão.

«A hysteria, filha da ideia, deve se curar pela ideia; a neurasthenia, filha da fadiga, deve ser curada pela medicação tonica, methodicamente applicada», palavras de M. Fleury que são uma verdade inconcussa.

II Hydrotherapia. — A hydrotherapia tem uma grande importancia no tratamento da neurasthenia. Deve-se dar preferencia aos banhos de curta duração que me parecem mais uteis que as duchas frias que appresentam muitas vezes inconvenientes serios agindo de uma maneira perigosa sobre a hyperexcitibilidade do doente que ellas augmentam. Poder-se-ha dal-os e em seguida fricções com um liquido alcoolico. A alcoolatura de rosmaninho preenche bem a indicação nestes casos. Quando existem dôres musculares, deve-se dar preferencía á mistura seguinte:

Balsamo de Fioravanti.............	60 gr.
Chloroformio......................	10 «

Ou então

Balsamo de Fioravanti............	â â 30 gr.
Oleo de belladona................	
Chloroformio.....................	
Laudanum.........................	5 gr.

Ha diversas especies de applicações hydrotherapicas que se não indicam indifferentemente no tractamento do esgottamento nervoso.

Em primeiro, temos o *lençol molhado com fricções* — que póde ser uzado em todas os fórmas de neurasthenia.

Este processo consiste em molhar um lençol n'agua cuja temperatura seja do 20° á 25° centigrados e torcel-o bem; applical-o sobre o doente, que deve estar de pé e despido, tendo-se o cuidado de effectuar o contacto em todo o corpo, operação que deve durar alguns minutos, apenas.

Cobre-se depois o doente com um lençol secco ligeiramente aquecido, fazendo-se-lhe uma fricção geral methodicamente.

O doente deve em seguida andar, fazer exercicio, para que

a reacção se estabeleça, ou então deitar-se em uma cama previamente aquecida.

Este processo é de effeito brando e tem a grande vantagem de não requerer uma installação especial, póde ser applicado em qualquer domicilio.

Loções frias—A loção fria é de effeito um pouco mais activo do que aquelle produzido pelo lençol molhado e mais fraco que a ducha fria; ella é empregada como tractamento preliminar, quiça, para animar o doente ao uzo das duchas, ou melhor, para completar em casa um tractamento começado no estabelecimento hydrotherapico.

Duchas frias.—A *ducha fria*, movel, em jacto quebrado,—é um bom methodo hydrotherapico: deve ser de curta duração, no maximo 37 segundos, porque, em caso contrario, se torna prejudicial.

«Uma ducha muito curta não apresenta nenhum inconveniente: uma ducha muito demorada, porém, é sempre perigosa», diz M. de Fleury.

Em seguida á ducha o doente deve ser friccionado e fazer um exercicio moderado para facilitar a reacção. Alguns doentes não supportam a ducha, devendo elles nesse caso tomarem banhos de immersão frios, igualmente curtos.

Os banhos temperados de 28° a 32° tambem produzem seus effeitos salutares. A duração destes banhos, porém, varia conforme o doente.

A applicação dos banhos temperados é indicada aos neurasthenicos que soffrem de rheumatismo ou arthritismo. Será bom envolver, durante o banho, com uma compressa fria, a cabeça do paciente. Após o banho o doente será simplesmente envolvido numa cobertura de lã.

Ha ainda o banho tepido de 33 a 36 gráos cuja acção é sedativa; modera a excitabilidade reflexa do systema cerebro-espinal; acalma o erethismo carebral ou cardiaco, atenúa a insomnia. Sua duração deve ser de 30 a 40 minutos.

A ducha quente de 33 a 36 gráos tambem é uzada, e tem os mesmos effeitos do banho temperado.

Ha ainda a ducha escosseza que é o melhor modo de

preparação de agua fria: deve ser preferida aos processos indicados.

Consiste em dar em primeiro uma ducha quente na temperatura de 36 ou 37 graus que se eleva progressivamente e com bastatne rapidez á 40 ou 45 gráos. A este maximum de thermalidade, a ducha quente é continuada durante trinta segundos, um miuuto, dois minutos ou mais, e, bruscamente, sem tranzição, abaixa-se a temperatura da agua á 8 ou 10 gráus: a duração da ducha fria não deve exceder de dez á quinze segundos.

Emfim, todas estas applicações hydrotherapicas devem ser utilizadas com muita moderação e prudencia: agem sobre a pelle, revivem suas funcções physiologicas, e exercem uma acção sobre os nervos periphericos.

III. Electrotherapia.—A electricidade estatica, o processo chamado da franklinisação, presta um relevantissimo serviço num bom numero de casos, onde ha enervamento, agitação, sensacções de impaciencia nas pernas, placas dolorozas da nuca e sacrum, e insomnia.

R. Vigouroux emprega os differentes processos seguintes:

a) Banho electrico—O paciente é collocado sobre um tamborete statico, em communicação com o pólo negativo da machina. Elle se acha por conseguinte carregado de electricidade negativa em uma muita alta potencia ao mesmo tempo que offerece caminho á um consumo constante de electricidade para todas as saliencias de seu corpo e de suas vestes, desperdicio que é incessantemente reparado pela producção continua da machina.

b) Vento electrico.—Obtem-se dirigindo-se para o doente, e á 10 ou 15 centimetros de distancia, a ponta de uma haste metallica não isolada. Produz-se assim uma sensação analoga, mas não identica, a produzida por uma corrente de ar.

Vigouroux recommenda muito vivamente este meio para curar quasi instantaneamente as cephaléas tão dolorosas nos neurasthenicos.

c) Scentelhas.— Obtêm-se approximando sufficientemente do corpo do paciente uma bóla metallica não isolada.

Este processo é muito util para provocar seja a contracção muscular agindo sobre os ramos ou troncos nervosos, seja a excitação cutanea.

d) Chuveiro luminoso.— Em approximando-se uma haste de madeira á alguns centimetros do corpo do doente, obtêm-se um jacto luminoso (áigrette) que é uma maneira intermediaria de descarga, e cujo effeito é ora sedativo, ora excitante.

e) Fricção electrica.— Effectua-se passando-se mais ou menos rapidamente uma haste metallica não isolada sobre as vestes do paciente. Produz-se assim uma multidão de pequenas scentelhas cuja extensão é medida pela espessura da roupa interposta. Uza-se de preferencia da flanella. Dá resultados magnificos na amyosthenia e impotencia genital.

f) Capacete vibrante.— Applica-se sobretudo para combater os symptomas cephalicos, nas vertigens, nos accidentes dolorosos. A faradisação (correntes interrompidas) emprega-se nos casos de atonia genital, e espermatorrhéa. Electrisa-se successivamente todos os musculos accessiveis do perinêo, ou bem ainda collocando-se um dos pólos no rectum e o outro sobre o perinêo, raiz da verga, bolsas testiculares.

A galvanisação é egualmente indicada. Benedikt e Schulz empregam uma corrente fraca: o pólo positivo sendo collocado sobre as vertebras lombares, fazendo-se passear o electrodo negativo successivamente sobre o perinêo, cordões espermaticos e verga. A duração da secção varía de trez a quatro minutos, repetindo-se todos os dias ou de dois em dois dias.

IV. Massotherapia. — A amassagem póde ser muito util nos neurasthenícos. Mas, para fazer amassagem com utilidade é necessario sabel-o. Muita gente não sabe fazer amassagem e, que se dizem bons medicos, ou por outra, ha medicos que não sabem empregar a amassagem como methodo therapeutico na neurasthenia.

Os empregados que amassam nos estabelecimentos de banhos exercem muitas vezes manipulações nocivas, e algumas vezes, perigosas; para ser-se um bom amassador, é necessario aprender-se a sel-o.

Eis aqui, segundo Weber, como se deve aprender.

O amassador deve ter a mão agil e leve; deve agir com uma energia progressiva e sufficiente, mas sem violencia, pois neste ultimo caso, a dôr momentanea que elle occasionasse, podia produzir ecchymoses, descamações sub-cutaneas. E' necessario

antes peccar pelo excesso de doçura que pelo excesso de força. « Não se emprega muita força na amassagem diz Reibmayr.

Em geral, se não deve passar de dez minutos para cada amassagem.

As manipulações que exercem os amassadores são muito numerosas e muito variadas. São em primeiro fricções que consistem em attrictos mais ou menos rapidos e variados em afloramentos, «passes», roçar de leve a polpa dos dedos sobre a superficie da epiderme.

As pressões consistem em manuzear e esfregar mais ou menos, energicamente um musculo ou uma região que se quer excitar. Si as pressões são dôces, produz se um embotamento, cocegas, e titillações. Póde-se em alguns casos empregar a fricção energica, malachações, beliscar mais ou menos profundamente os musculos, percutindo algumas vezes por pancadas seccas dadas, ora com a borda cubital, ora com a palma da mão. Empregam-se para amassar diversos instrumentos especiaes.

Eu nunca me servi delles e aconselho aos meus collegas de que não façam uzo.

Estes instrumentos são mais ou menos embaraçadores nas nossas operações e nem sempre estão á nossa disposição. O melhor instrumento, pois, é a nossa mão unctada de um corpo graxo: os antigos empregavam os oleos perfumados por escravos adestrados. E' assim que melhormente se faz uma amassagem.

Eu tenho ouvido de alguns medicos emittirem a opinião de que o facultativo que amassa deixa um pouco de ser medico para se approximar de creados de banho. Isto é uma heresia e sobre tudo um amor-proprio mal entendido. O medico é sempre medico desde que elle proporcione allivio ou cura, quer elle seja parteiro, amassador, electricista ou dentista.

Os effeitos physiologicos da amassagem são varios: actúa sobre a pelle, musculos, circulação systema nervoso e nutrição.

A massagem limpa os orificios das glandulas sudoriparas e sebaceas, e produz um funccionamento mais regular da circulação, e da eliminação das toxinas.

Ella augmenta a contracção dos musculos e exerce nova acção tonica sobre os nervos.

Baratey attribuio-lhe um effeito magnetico e que deu o

nome de *neurisação*; os «passes» magneticos têm uma acção incontestavelmente efficaz em certos casos de nevropathia.

V. — Kinésitherapía. — Os exercicios musculares, convenientemente escolhidos, activam a circulação sanguinea, accrescem as trocas respiratorias ampliando e accelerando o jogo dos pulmões, excitam os orgãos secretorios e elevam a nutrição geral dos tecidos. De outra parte, provocando contracções dos musculos das paredes abdominaes, produzem uma especie de amassagem dos orgãos contidos nesta cavidade, o que póde facilitar a círculação das materias que elles contêm. Mas será necessario que a moral resinta-se do effeito hygienico e salutar desta medicação que deverá sempre ser recreativa, e que os exercicios variem com o gráu da asthenia muscular do neurasthenico, e que sejam sabiamente dosádos para provocar uma reacção e não o esgottamento.

VI. Climatotherapía. — Para onde se devem enviar os neurasthenicos que estão dispostos a deixar o meio em que contrahiram o mal?

Sua sensibilidade ás influencias atmosphericas, aos frios rigorosos como aos calôres excessivos, reclama clima temperados: eu estou convencido que são os meios os mais racionaes, os mais poderosos, e, em summa, os mais fieis para vencerem a molestia de Beard.

Durante o verão uma temporada no alto das montanhas é sempre indicado e salutar. Com effeito, a vida nos altos planaltos accelera a nutrição de uma maneira surprehendente.

Os trabalhos de Viault, de Egger, têm demonstrado de que um homem que, na planicie tem 5.500.000 de globulos, passa a ter 7.000.000, em alguns días, quando esteja numa altitude de 1.800 metros.

Não ha senão um inconveniente, é de ser possivel somente para certas pessôas, em azadas condições de fortuna e de desoccupação (são os felizardos da vida!) que têm todos os momentos do anno, disponiveis!

Si de uma parte sua acção estimulante e tonica sobre os centros nervos, sobre as grandes funcções da economia, a respiração, a circulação e a digestão, o clima da montanha de outra parte tem uma acção eminentemente sedativa e calmante. A extensão e o esplendor dos horizontes, a calma das auroras e

dos crepusculos, o silencio das noites, tudo isto, amenisa o erethismo do systema nervoso. As noites passadas no alto das montanhas deixam uma lembrança deliciosa em nossas almas.

Qual o neurasthenico que nos cimos do Corcovado, nos altos das Serras dos Orgãos, não poderá exclamar?

«E eu amo as flôres e o dôce ar mimoso
Do amanhecer da serra
O céo azul e o manto nebuloso
Do céo de minha terra!»

Eu por mim tenho contemplado a esses espectaculos maravilhosos da natureza, e talvez sejam as alegrias as mais serenas e gratas da minha vida.

O mar tambem é uma berceuse que faz adormecer os mais irritados.

O murmurio monotono de suas vagas é como um canção tão calmante algumas vezes, como a cantilena do vento nos pincaros das montanhas.

Uma estação balnear dá muito bons resultados nos individuos attacados de esgottamento nervoso em consequencia de fadigas intellectuaes excessivas ou physicas, e, de uma maneira geral, em todos os casos em que os phenomenos de erethismo ou de excitação se patenteiam e onde predominam os symptomas de langor e fraqueza, taes como a asthenia muscular, inaptidão ao trabalho e preguiça das funcções digestivas.

Aos neurasthenicos arthriticos hyperesthesicos, nos quaes o esgottamento nervoso se complica de manifestações hystericas, os quaes estão sujeitos á crises de anciedade, aquelles que estão debaixo de uma depressão moral intensa e que, habitualmente, apresentam uma grande tendencia á melancholia, é uma má indicação uma estação balnear.

Os primeiros, porém, devem se installar numa praia tranquilla, longe da moda, do theatro e dos cassinos.

Para alguns auctores as grandes altitudes são contra-indicadas nos casos de molestias do coração e dos grossos vasos. será por isso necessario examinar-se convenientemente o doente, e

conhecer-se bem o estado do seu apparelho circulatorio antes de ser mandado para alguma região elevada.

Estes individuos affectados do coração ou dos grossos vasos, quando se acham em logares altos são acommettidos dos symptomas de anoxihemia, sendo notaveis com insistencia: *a tachycardia* e *a insomnia*.

Estes neurasthenicos, desde que se achem numa certa altitude, sentem uma grande oppressão ao menor exercicio, palpitações que a maior parte das vezes, persistem mesmo em repouso.

Nestes casos deve-se prescrever o repouso quasi absoluto nos quinze primeiros dias, durante os quaes a aclimação talvez se estabeleça; em caso contrario o doente deverá ir para um logar menos elevado.

Quando ha insomnia, os exercicios forem demasiados, e si ella persistir apezar do repouso, é prova evidente de que a attitude deve ser ainda diminuida.

Varios são os caracteres climatericos das regiões elevadas.

1°—A temperatura relativamente baixa.

2°—A pressão atmospherica diminuida.

3°—A radiação solar mais viva.

4°—Estado relativamente mais sêcco do ar.

5°—Pureza do ar.

Damos sempre preferencia aos logares elevados no tratamento da neurasthenia.

As planicies nada têm que as recommende para o tratamento dos esgottados, a não ser quando houver a visinhança de alguma floresta e um bom estado hygrometrico do ar.

Desde que o doente não possa por qualquer circumstancia fazer o seu tractamento num clima montanhoso, procuraremos um, logar plano, nas margens de algum lago, ou, como já o dissemos-na visinhança de uma floresta.

As viagens continuas não trazem grandes effeitos; ellas cançam o doente tanto no physico como no moral.

Ellas só devem ser indicadas no periodo de convalescença e, simplesmente, como complemento de cura.

VII. Dermotherapia.— Têm se uzado no tractamento da

neurasthenia as injecções hypodermicas do liquido de Brown-Séquard.

Eu empregava, na minha modesta clinica de estudante, até o anno de 1905, o extracto testicular ou orchitico de Chaix e estes productos opotherapicos nunca satisfizeram bem as minhas experiencias.

Do anno de 1906, no entanto, para cá tenho me utilisado do succo de substancia cinzenta do cerebro de carneiro, e os resultados têm sido magnificos.

Este liquido preparado pela primeira vez, em 1892, por Constantin Paul, é uma solução ao decimo de substancia cinzenta de cerebro de carneiro, esterilisado pelo acido carbonico no apparelho de Arsonoal.

Esta solução é injectavel no tecido cellular sub-cutaneo dos flancos ou dos lombos, na dóse de 3 á 5 centimetros cubicos. E' perfeitamente tolerada e não provoca nenhuma reacção, nem local, nem geral.

Excepcionalmente é que se produz um pouco de engorgitamento lymphatico, que desapparece em geral depois de tres ou quatro dias, sete no maximo. O primeiro effeito resentido pelos doentes é uma sensacção de força e de bem-estar; a amyosthenia e a impotencía muscular diminuem rapidamente. As dôres vertebraes e a hyperesthesia espinal desapparecem como que por um encanto após algumas injecções.

A impotencia cerebral desapparece por seu turno, a intelligencia torna-se mais viva e a memoria, mais illuminada.

Os doentes recobram o appetite, e, si elles são anteriormente dyspepticos, sua nutricção melhora consideravelmente, haja vista o augmento rapido de seu pêso.

Quanto á impotencia sexual, ha uma melhoria consideravel.

Os Snrs. Chalard, Vigier, preparam actualmente capsulas ovaricas (dosadas a 0, 20 centigr.) e capsulas architicas (dosadas á 0,30 centigr.) que, tomadas na dóse de 2 á 6 por dia, dão os melhores resultados. Esta medicação em certos casos, é muito mais vantajosa que a dermica.

Quando ha amyasthenia com hypotensão arterial, excesso de acido urico, asthenia genital, tristeza, depressão geral, em uma

palavra, as injecções hypodermicas. de soluções salinas concentradas podem dar bons resultados:

Injecta-se todos os dias ou de dois em dois dias 50 a 100 grammas de solução a 7 por 1.000. Póde-se tambem injectar de tempos em tempos um ou dois centimetros cubicos da solução seguinte de M. de Fleury.

Sulfato de sodio............ }
Chlorureto de sodio......... } â â 1 gr.
Phosphato de sodio.......... }

Acido phenico nevoso 0,50 centigr.
Agua distillada esterilisada 100 gram.

VIII TRACTAMENTO MEDICAMENTOSO.—Nosso arsenal therapeutico que se toma emprestado á chimica se limita a muito poucas cousas. O bi-carbonato de sodio e os laxativos e habitualmente os frescos: mas raramente nós nos auxiliamos, para combater algum incidente episodico, da antipyrina, a quinina, valerianato de cafeina, e valerianato de ammoniaco.

Os tonicos, pelo contrario, devem sempre ser empregados e têm muitas vezes a mais feliz influencia:

O acido phosphorico (em limonada phosphorica Horsford's), os glycero-phosphatos, e em particular o glycero-phosphato de calcio. são excellentes reconstituintes que têm a vantagem de ser facilmente tolerados. Póde-se, por exemplo, prescrever uma ou duas colheradas de café de glycero-phosphato granulado (Dalloz), a tomar pela manhã e á tarde, num pouco de leite.

Têm-se feito tambem excellentes preparações em que se associa o glycero-phosphato ao iodo e ao tannino.

Acha-se tambem no commercio glycero-phosphatos effervescentes de calcio. sodio, ferro e lithina. Estes medicamentos são eminentemente recommendaveis: são de um gosto agradavel, pois que elles só têm assucar, por isso que se os absorve facilmente e sem repugnancia; demais. elles favorecem a digestão. Existem, emfim, preparações associadas de glycero-phosphato de calcio e ferro effervescentes. Sua combinação organica com acido

carbonico nascente facilita sua assimilação; a presença do citro-tartrato de sodio evita a constipação.

Os cacodylatos de sodio e de ferro podem tambem ser ensaiados; mas eu prefiro o methylarsinato disodico, e em injecções hypodermicas, pela conveniencia de não communicar o saber alliaceo á bôcca, como sob a fórma de gottas ou perlas.

O oleo de figado de bacalhau convem pouco aos neurasthenicos. Seu odôr nauseabundo e seu sabôr repugnante não o permittem tolerar; e, mesmo porque o estomago de um neurasthenico é raramente apto a digerir os corpos graxos.

Preparam-se, no entretanto, vinhos e xaropes tendo por base extracto de figado de bacalhau que não têm nem sabôr nem odôr desagradaveis.

Estas preparações contêm todos os principios activos do oleo de figado de bacalhau: iodo, phosphoro, chloro, bromo, etc. Sob esta forma elles podem ser prescriptos aos neurasthenicos, geralmente, em via de cura.

O phosphureto de zinco, em razão de suas propriedades toni-estimulantes do systema-nervoso, é particularmente indicado contra a fadiga das cellulas cerebraes; facilita a producção do trabalho intellectual e permitte augmento passageiro. Póde-se prescrever da maneira seguinte:

Phosphureto de zinco em pó fino....	0,80	cent.
Pó de alcaçuz......................	1,90	»
Xarope de gomma....................	0,30	»

Mande para 100 pillulas, 1 a 5 por dia.

O arseniato de strychinina por sua acção vaso-motora restabelece o equilibrio da circulação; pelo augmento da quantidade do succo gastrico e excitação dos movimentos do tubo gastrico, combate as perturbações dyspepticas; por suas propriedades tonicas e estimulantes, remedia a fadiga cerebral assim como a depressão causada pelo excesso de desnutrição; pela actividade dos phenomenos de eliminação, elle contribue a varrer da economia, completamente, os productos de desassimilação. Prescreve-se na dóse de uma a cinco pillulas por dia, dosadas a um milligramma.

Contra os phenomenos dolorosos da neurasthenia não convem

nenhum tractamento medicamentoso: nem a antipyrina, nem a phenacetina, nem a acetanilide, nem exalgina, nem o pyramidon, nem, os mais poderosos calmantes da dôr convêm aqui.

Os grandes remedios para estas dôres são: a massagem, ou melhor ainda, o banho estatico com localisação do effluvio sobre o ponto affectado.

Os reconstituintes da tonicidade nervosa rareiam a frequencia dos momentos dolorosos, que voltam de preferencia com a approximação do frio, da tempestade ou da chuva.

Aqui ainda os agentes physicos valem melhor do que as drogas.

Contra as perturbações do somno, eu sou da opinião do Sr. professor Pouchet e com elle muitos neuralogistas e os mais eminentes, em considerando que ha serias desvantagens na provocação do somno dos neurasthenicos por meio do sulfonal ou de seus similares, do chloral, da chloralose, urethana ou extracto de canhamo indiano, por isso que abandono pouco e pouco estes agentes chimicos, quando o doente começa a melhorar. Demais, os nevropathas adquirem o habito de não mais dormir a não ser com drogas e depois, como Pouchet, ainda, affirmo não crer na innocuidade dos hypnoticos e dos anesthesicos; é verdade que não ha agentes chimicos que possam provocar o somno sufficientemente senão por intoxicação, e isto é o *quantum satis* para se os repudiar.

Esta *agrypnia* cura-se pelos processos geraes já mencionados e que ora repetimos: a lavagem permanente do sangue pelo reginen lacteo-vegetariano e os diureticos e os laxativos e os agentes sudorificos, tudo emfim o que faça eliminar, produz um somno sereno e regular, processo que ficaremos usando até que o doente não seja mais infiel ao seu regimen.

Contra as perturbações dyspepticas tão frequentes quão variadas nos neurasthenicos (que já tivemos occasião de tractar anteriormente com alguma minudencia), principalmente si as digestões são lentas, penosas, por causa da insufficiencia da secreção, prescrevêm-se a pepsina, a pancreatina e tinctura de noz-vomica, com muito bons resultados.

Contra as perturbações circulatorias, supprimir toda a causa da fadiga, segurar bem o funccionamento do estomago, não lhe

permittindo senão alimentos de facil digestão, prescrevendo refeições sem bebidas, tomar liquido sómente nas horas em que o estomago estiver vasio, e com prudencia; luctar sempre pela liberdade do ventre e da diurese, manter aberta a circulação peripherica:

Para isso empregaremos os processos geraes já mencionados e como auxiliares chimicos, as preparações de valeriana, valerianato d'ammoniaco e valerianato d'amylo notadamente.

A neurasthenia genital necessita de um tractamento todo particular, tractamento psychico destinado a melhorar o estado mental do neurasthenico sempre profundamente alterado, tractamento medicamentoso ou hygienico destinado a melhorar o estado physiologico do apparelho genital.

E' pelo tractamento psychico que é necessario começar, pois, muitas vezes, as perturbações physiologicas estão sob a dependencia do estado mental. Com effeito, estes doentes, dizem Proust et Ballet, «são constantemente abatidos; seu espirito é dominado por um sentimento de inferioridade humilhante, e sua tristeza mistura-se de alguma vergonha. Masturbadores, elles se julgam incapazes de renunciar seus hediondos habitos: cahiram na neurasthenia por terem abusado em demasia dos prazeres sexuaes, são attacados de impotencia relativa e se consideram ameaçados de perda irremediavel da virilidade, ou bem ainda d'uma molestia incuravel da medulla espinhal; as perdas seminaes, os corrimentos do liquido prostalico aos quaes elles são frequentemente sujeitos, os affectam vivamente: uns imaginam que estas evacuações os deprimem; outros que ellas têm por origem grave lesão dos orgãos profundos e, quando estes syndromas se desenvolvem nos jovens que estão mais ou menos prestes a se casar. a derrota moral que se estabelece é completa. O medico deve se esforçar para tonificar estes doentes, lhes explicar que as perturbações funccionaes de que elles soffrem são perfeitamente curaveis, lhes fazer comprehender a parte que toma sua disposição de espirito, suas preoccupações mentaes no desenvolvimento e na manutenção destas perturbações. A impotencia relativa que acompanha por vezes os phenomenos de excitação no periodo inicial é de ordem psychica; é necessario animar estes individuos lhes dizendo que são capazes, quando elles estiverem sós, de provocar a erecção, e

que a causa de sua impotencia, no momento do coîto, reside sobretudo no temor e na agitação nervosa com os quaes elles abordam o acto genital.»

O terreno psychico assim preparado, poderão manter com successo o tractamento das perturbações genitaes com suas proprias mãos.

Contra os symptomas de excitação provocando as erecções e as polluções nocturnas, é mistér supprimir todas as causas eroticas desta excitação.

Si o doente se masturba, deverá usar de todos os meios para debellar este pernicioso habito. Vedar-se-ha a esta variedade de neurasthenicos: a equitação, os excessos intellectuaes, o alcool, o café, a dormida prolongada, etc. A ducha quente é indicada nestes casos. assim como os semicupios em primeiro temperados, depois frescos, e posteriormente frios.

Winternitz tem preconisado contra a espermatorrhéa e atonia dos orgãos genitaes, o uso do *psycroforo*. E' uma especie de catheter metallico de dupla corrente permittindo submetter a região prostatica da urethra á acção do frio.

Este catheter é fechado na extremidade urethral e bifurcado na outra extremidade. Faz-se circular através da sonda collocada no seu logar uma corrente d'agua de 18 gráus, cuja temperatura abaixa-se progressivamente até 12 ou 10 gráus. A duração da irrigação é de oito a doze minutos.

As primeiras applicações são em geral mal supportadas, mao o habito não tarda a se estabelecer e obtêm-se por este processo excellentes resultados.

PROPOSIÇÕES

Chimica medica

I

O Phosphotal ou phosphito neutro de creosota é um mistura de etheres phosphorosos de phenóes da creosota, obtido pela acção do tri-chlorureto de phosphoro sobre a creosota em solução alcalina.

II

E' um liquido amarello, avermelhado, viscoso, cujo odôr lembra, muito attenuado, o da creosota, e cujo sabôr é quente sem ser caustico.

III

O Phosphotal contem 9, 5 % de phosphoro em estado de acido phosphoroso, combinado a 90 % de creosota.

Historia natural medica

I

O protoplasma é uma materia albuminoide muito semelhante á clara do ovo, formado principalmente de carbono, de hydrogeneo, de oxygeneo e de azoto.

II

Elle é a séde de todos os phenomenos vitaes e a origem de todas as substancias vivas.

III

A cellulas animaes e vegetaes encerram protoplasma.

Clinica medica

(1.ª cadeira)

I

A narcolepsia é uma necessidade morbida exagerada de dormir.

II

Neste caso, não ha somno reparador, como se dá normalmente.

III

Muita vez este symptoma caracteriza o estado morbido que se denomina molestia do Somno.

Arte de formular

I

A intensidade de acção de um medicamento depende da quantidade que em um momento dado, se encontra no sangue.

II

A actividade circulatoria facilita a absorpção dos medicamentos.

III

As injecções hypodermicas são indicadas quando queremos obter effeitos rapidos.

Anatomia descriptiva

I

No cerebro a substancia parda se encontra na peripheria e no centro.

II

A substancia parda central é disposta de modo a constituir os nucleos ou ganglios encephalicos.

III

Todo o encephalo é irrigado por quatro grossos troncos arteriaes: as vertebraes e as carotidas primitivas.

Therapeutica

I

As duchas são columnas de diametros determinados, de

liquido, gaz ou vapor, lançadas duma marcada altura, sobre uma ou mais partes do corpo.

II

Ellas são geraes ou locaes, as primeiras exercem sua acção sobre quasi todo o tegumento, excepto a cabeça: as segundas são dirigidas a uma determinada parte do corpo.

III

As duchas frias de curta duração são as mais empregadas no tractamento da molestia de Beard.

Physiologia

I

Os capillares são vasos que ligam as arterias ás veias.

II

O curso do sangue nos capillares é continuo e uniforme.

III

A pressão sanguinea nos capillares é muito difficil de ser medida.

Histologia

I

Foram Magendie e Carlos Bell que descobriram as propriedades physiologicas das raizes rachidianas.

II

As raizes posteriores são conductores centripetos.

III

As raizes anteriores são conductores centrifugos.

Bacteriologia

I

A tuberculisação é o resultado da infecção de um ou mais tecidos pelo bacillo de Koch.

II

Este bacillo é immovel e tem a forma de um pequeno bastonete, de comprimento egual a um terço dum globulo sanguineo.

III

As lesões produzidas por este germen no pulmão de um neurasthenico, são de consequencias irremediavelmente fataes.

Anatomia medico-cirurgica

I

Não é raro verificar-se um processo morbido do testiculo denominado varicocele.

II

Dorliat insiste sobre a influencia da varicocele como factor de neurasthenia.

III

A atrophia do testiculo, tão frequente na varicocele, é tambem, uma das complicações, a mais propicia para prolongar a neurasthenia no doente.

Operações e Apparelhos

I

A puncção lombar do Quincke, ou rachicentese de Marfan é uma operação que tem por fim retirar liquido do espaço sub-arachinoidiano.

II

Serve-se para esta operação de uma agulha de aço de oito a dez centimetros de comprimento e de um millimetro de diametro.

III

O ponto preferido para a operação é o espaço lombo-sacro.

Pathologia medica

I

As visceras do abdomen podem se deslocar devido a uma relaxação dos ligamentos suspensores.

II

O deslocamento de uma viscera chama-se ptose visceral, que é muito commum na neurasthenia.

III

F. Glenard foi quem primeiro fez este estudo.

Pathologia cirurgica

I

Em uma mulher gravida a acção de um traumatismo accidental varia conforme sua intensidade, sua séde ou se é acompanhado de complicações.

II

Quanto mais a região que soffre o traumatismo é afastada dos orgãos genitaes, menos a sua acção se faz sentir sobre a gravidez.

III

A gravidez não influe sobre a cicatrisação de uma ferida mas retarda muitas vezes a consolidação de uma fractura.

Clinica obstetrica e gynecologica.

I

As paralysías dos recem-nascidos são numerosas e de prognostico variavel.

II

Ellas pódem ser de origem peripherica ou de origem central ou cerebral.

III

O tratamento das paralysias obstetricas comporta o emprego da electricidade e dos meios ordinarios.

Clinica cirurgica

(1.ª cadeira)

I

Os tumores intra-craneanos são de varias especies.

II

A importancia do seu estudo está na localisação dos mesmos.

III

O tratamento póde ser medico ou cirurgico.

Clinica cirurgica

(2.ª cadeira)

I

A intervenção operatoria nas affecções visceraes do abdomen, constitue uma das mais bellas conquistas da cirurgia moderna.

II

Em todos os orgãos, contidos no abdomen, póde se exercer a acção beneficiadora da cirurgia.

III

E' necessario que todo o medico se convença de que a laparotomia é uma das operações mais inocuas.

Clinica propedeutica

I

A fascies do doente, tem, muita vez, em propedeutica, uma importancia capital.

II

A tal ponto que, o medico pode, em alguns casos, somente inspirado por ella, formular um diagnostico verdadeiro.

III

Isto não quer dizer, entretanto, que o medico só se deve contentar com o exame da fascies, porquanto ella muitas vezes engana e tanto mais quanto o medico tem obrigação de utilizar-se de todos os meios propedeuticos no exame do doente.

Hygiene

I

O ar exerce um papel importantissimo em hygiene.

II

E' com o auxilio de um ar puro, que o homem póde luctar mais efficazmente contra a maioria das molestia de nutrição e muito especialmente contra este grande flagello do seculo, que é a neurasthenia.

III

Varios são os caracteres climatericos das regiões elevadas: 1° A temperatura relativamente baixa. 2° — A pressão atmospherica diminuida. — 3° Irradição solar mais viva. — 4° Estado relativamente mais sêcco do ar. — 5° Pureza do ar.

Medicina legal e Toxicologia

I

O estudo das manchas tem valor na medicina legal.

II

As do sangue podem ser pesquizadas pelos seus caracteres physicos, chimicos e micro-chimicos.

III

A fluidez do sangue é um dos signaes caracteristicos da morte por submersão.

Anatomia e Physiologia Patologicas

I

A idéa fundamental de Virchow sobre a anatomia pathologica era a seguinte: todo o processo pathologico tem por base as modificações anatomicas das cellulas e de suas derivadas.

II

Conhecer a cellula é penetrar no segredo da vida normal e da vida pathologica.

III

Rudolf Virchow, em 1858, creou a patho'ogia cellular.

Clinica Ophtalmologica

I

Nos casos de neurasthenia não se nota a desigualdade pupilar.

II

Notam-se alternativas de mydriase e myosis;

III

Observa-se uma sorte de asthenopia neurasthenica ou melhor uma especie de hyperesthesia da retina que lhe faz dar a denominação de olho irritavel: são as phosphenas.

Clinica dermatologica e syphiligraphica

I

A. Fournier admitte a existencia de uma syphilis neurasthenica e que elle descreve dois typos:

II

Um typo frusto, muito frequente, que é o da cephaléa neurasthenica;

III

Um typo mais completo, muito mais raro, que segundo a predominancia dos symptomas cerebraes ou medullares, constitue o que se chama a cerebrasthenia ou a myelasthenia.

Obstetricia

I

Os signaes da prenhez são fornecidos pelos organismos fetal e materno.

II

Os signaes dividem-se em provaveis e de certeza.

III

O signal de certeza é a pulsação do coração fetal.

Clinica medica (2.ª cadeira)

I

E' muito commum, entre nós, a ankylostomiase.

II

Passa como sendo o seu melhor tratamento, o emprego do thymól.

III

A dóse ordinariamente empregada, é de 6 grammas por dia.

Clinica Psychiatrica e de Molestias Nervosas

I

A neurasthenia é uma nevróse.

II

Em certos casos ella evolúe com a hysteria.

III

Existem duas variedades de neurasthenia: a verdadeira e a constitucional.

Clinica Pediatrica

I

A neurasthenia é rara na creança.

II

Uma educação, porém, mal dirigida póde ser causa occasional do apparecimento da molestia.

III

Neste caso, é quasi sempre hereditaria.

VISTO

Secretaria da Faculdade de Medicina da Bahia, em 31 de Outubro de 1908.

O Secretario,

Dr. Menandro dos Reis Meirelles.